comunidadweb

Manual Usuario Menusplus

Manual Usuario Menusplus

Impreso: abril 2013 en Bogotá, Colombia

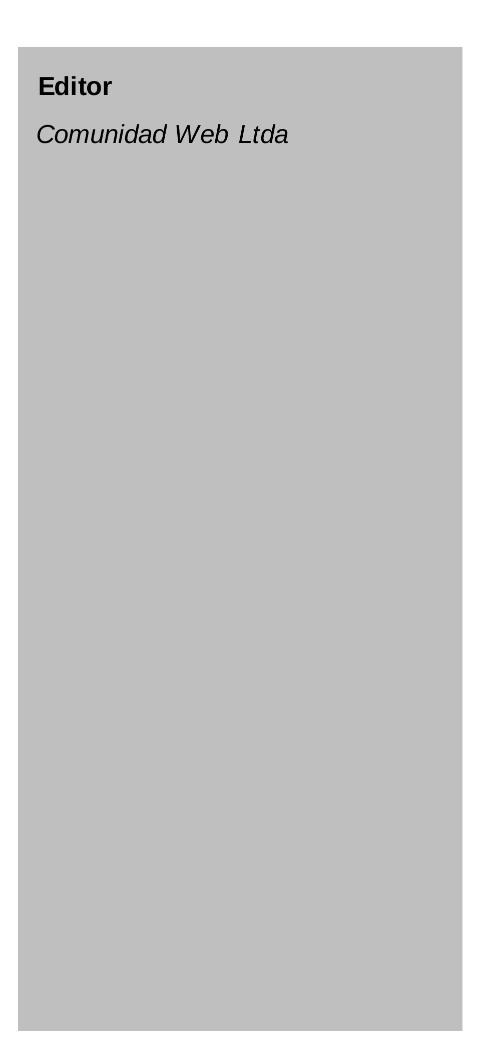


Tabla de Contenidos

Parte I

Introducción

1 Introducción

1.1 Bienvenidos

Gracias por utilizar el programa MenusPlus. Este programa se utiliza para el analisis quimico de alimentos. Permite el calculo de dietas, minutas patrón y minutas derivadas. El uso del programa aumentara su productividad pues automatiza el proceso más tedioso en la elaboración de un menú.

MenusPlus en su última versión presenta las siguientes características:

- Entorno de trabajo en Microsoft Windows.
- Utiliza las tablas de alimentos más comunes (Tabla de Alimentos de ICBF, Tabla de Alimentos de Tabla de Alimentos USDA)..
- Gestión de archivos para el manejo de los menús.
- Personalización y estandarización de alimentos y preparaciones, que permite la incorporación de alimentos que no se encuentran en las tabla de composición químico.
- Personalización de los alimentos, se pueden enriquecer los alimentos con los nutrientes tomados de diferentes tablas de compasión o de la descripción del producto en caso de no tener referencia.
- En la misma interfase permite el diseño de preparaciones, tiempos de comida, dietas, menús, minutas patrón y minutas derivadas.
- Análisis químico de cada alimento en un menú en tiempo real con mas de 90 cálculos automáticos.
- Cálculo de los costos de un menú.
- Diseño de formatos de informes para la impresión de los informes.
- Diseño de formatos para la exportación del menú a Microsoft Excel.

1.2 Requisitos

Para utilizar MenusPlus con una PC, el sistema deberá tener:

- Un Sistema operativo de Windows XP o posterior.
- Una PC que tenga como mínimo un procesador Pentium o compatible de 1000 MHz.
- Como mínimo, 128 Megabytes (MB) de memoria.
- Como mínimo, 30 Megabytes (MB) de espacio libre en el disco duro para guardar el programa.
- Microsoft Excel para utilizar las funciones de exportación.

1.3 Tablas

El programa utiliza las siguietnes tablas como fuentes de alimentos

ICBF

USDA RF 17 Julio 2004

Tabla de composición de Alimentos.
Segunda edición: Junio 20001.
Centro de Atención Nutricional
Número de Alimentos : 1389

Información disponible de los alimentos:

Código
Nombre
Porcentaje de parte comestible
Kilocalorias
Agua
Proteina
Grasa total
Acidos grasos saturados
Acidos grasos monoinsaturados
Acidos grasos poliinsaturados
Colesterol
Carbohidratos
Fibra cruda
Fibra dietaria
Cenizas
Calcio
Fosforo
Hierro
Sodio
Potasio
Magnesio
Zinc
Cobre
Manganeso
Vitamina A UI
Vitamina A ER
Vitamina B1
Vitamina B2
Niacina
Acido pantotenico
Vitamian B6
Acido folico
Vitamina B12
Vitamina 6

1.3.1 CANU

Tabla de composición de alimentos.

Segunda edición
Autoras:
Dolly Quintero Sanabria Nutricionista Dietista. Magister en Nutrición Humana.
Lina Maria Escobar Escobar. Nutricionista Dietista.

Derechos reservaods del Centro de Atención Nutricional

Impreso en Medellin, Colomiba, 2003.

1.3.2 ICBF

Tabla de composición de alimentos colombianos.

Instituto Colombia de Bienestar Familiar
Séptima edición: ICBF 1996.

Nutrientes en la tabla

Parte comestible
Energia
Agua
Proteinas
Grasa
Carbohidratos.
Fibra
Cenizas
Calcio
Fosforo
Hierro
Vitamina A U.I
Tiamina
Riboflavina
Niacina
Acido Ascorbico

1.3.3 USDA

Composition of Foods Raw, Processed, Prepared.
USDA National Nutrient Database for Standar Reference, Release 17

Julio 2004

U.S. Department of Agriculture
Agriculture Research Service
Beltsville Human Nutrition Research Center
Nutrient Data Laboratory

USDA Nutrient Data Laboratory website: htt://www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp

Los nutrientes que contiene esta tabla son:

Agua
Energia
Proteina
Grasas
Cenizas
Carbohidratos
Fibra dietaria

Acido Pantotenico
Vitamina B6
Folato total
Acido Folico
Folato de comida
Folato en equivaletnes de folato
Vitamina B12

Azucar Total
Calcio
Hierro
Magnesio
Fosforo
Potasio
Sodio
Zinc
Cobre
Manganeso
Selecion
Vitamina C
Tiamina
Riboflavina
Niacina
Vitamina A UI
Vitamina A ER
Retinol
Vit E
Vit K
Alfa caroteno
Beta caroteno
Beta cryptoxahthin
Lycopene
Lutein mas Zeazanthin
Acidos grasos saturados
Acidos grasos monoinsaturados
Acidos grasos poliinsaturados.
Colesterol.

1.4 Caracteristicas

- Caracteristicas
- Versatil
- Compacto
- Actualizable
- Flexible
- Personalizable
- Red

1.5 Objetivos

- Análisis Químico de Alimentos
- Facilitar la gestión de menús en licitaciones
- Cambio de condiciones
- Volumen
- Informes “personalizados”.
- Trabajo en grupo
- Costos

Parte II

Archivos de Menus

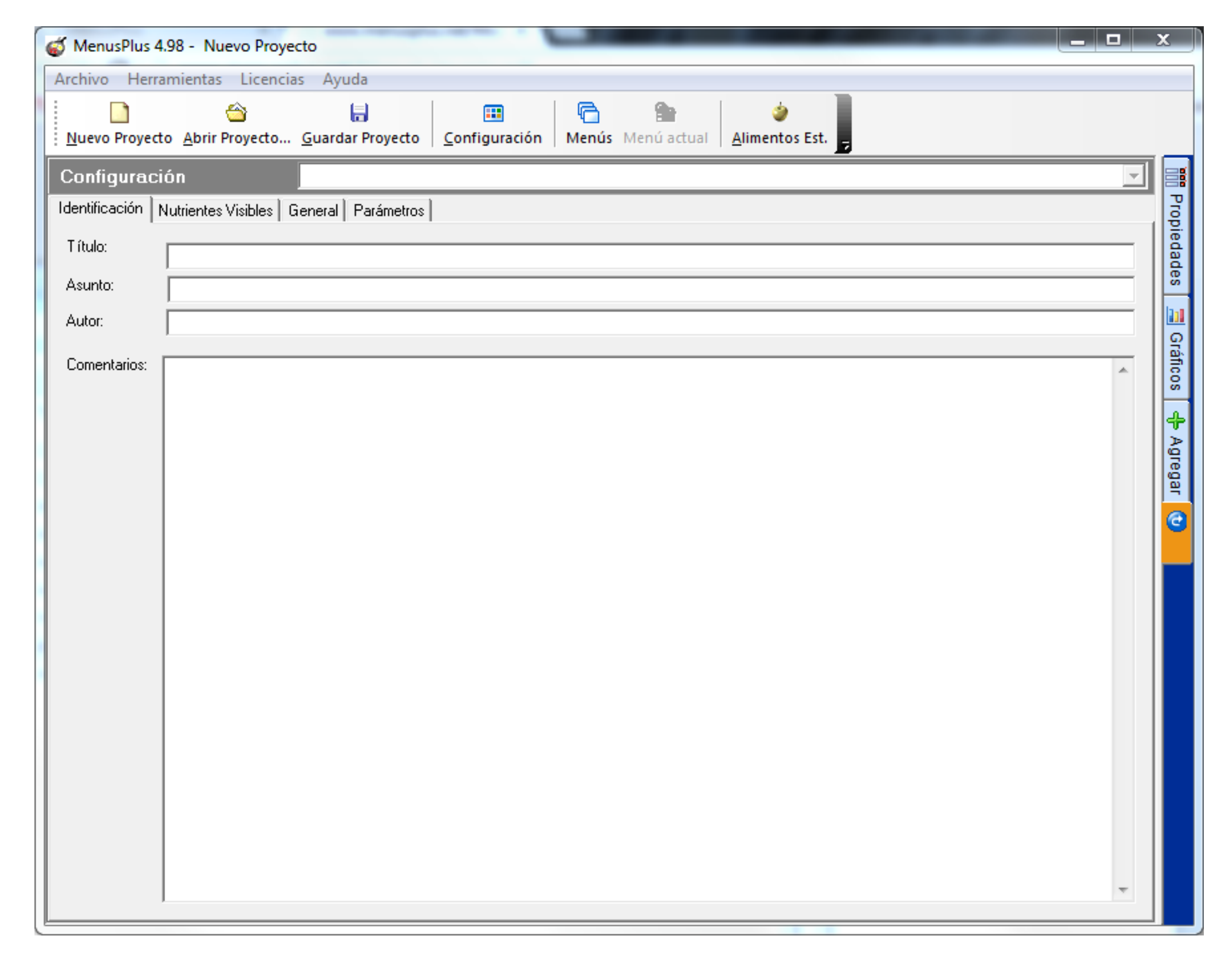
2 Archivos de Menus

He aquí unas instrucciones rápidas para el manejo de los archivos de menús, que le permitirán crear archivos, guardarlos, abrirlos y configurarlos. Estas facultades dejan guardar un número ilimitado de planes de alimentación; aunque sólo autoriza guardar una minuta patrón por archivo, permitiendo guardar cualquier número de minutas derivadas por archivo.

2.1 Configuración del Proyecto

En Configuración se personaliza el archivo de menús que se esta trabajando. Consta de tres pestañas, la primera es “Identificación” que permite la descripción del archivo que se esta manejando; La segunda pestaña es “Nutrientes Visibles” en donde se pueden elegir los nutrientes que se desean ver en los menús; y en la tercera y última pestaña, “General”, configurar la forma en que calcula el programa los nutrientes de los alimentos.

2.1.1 Pestaña de Identificación

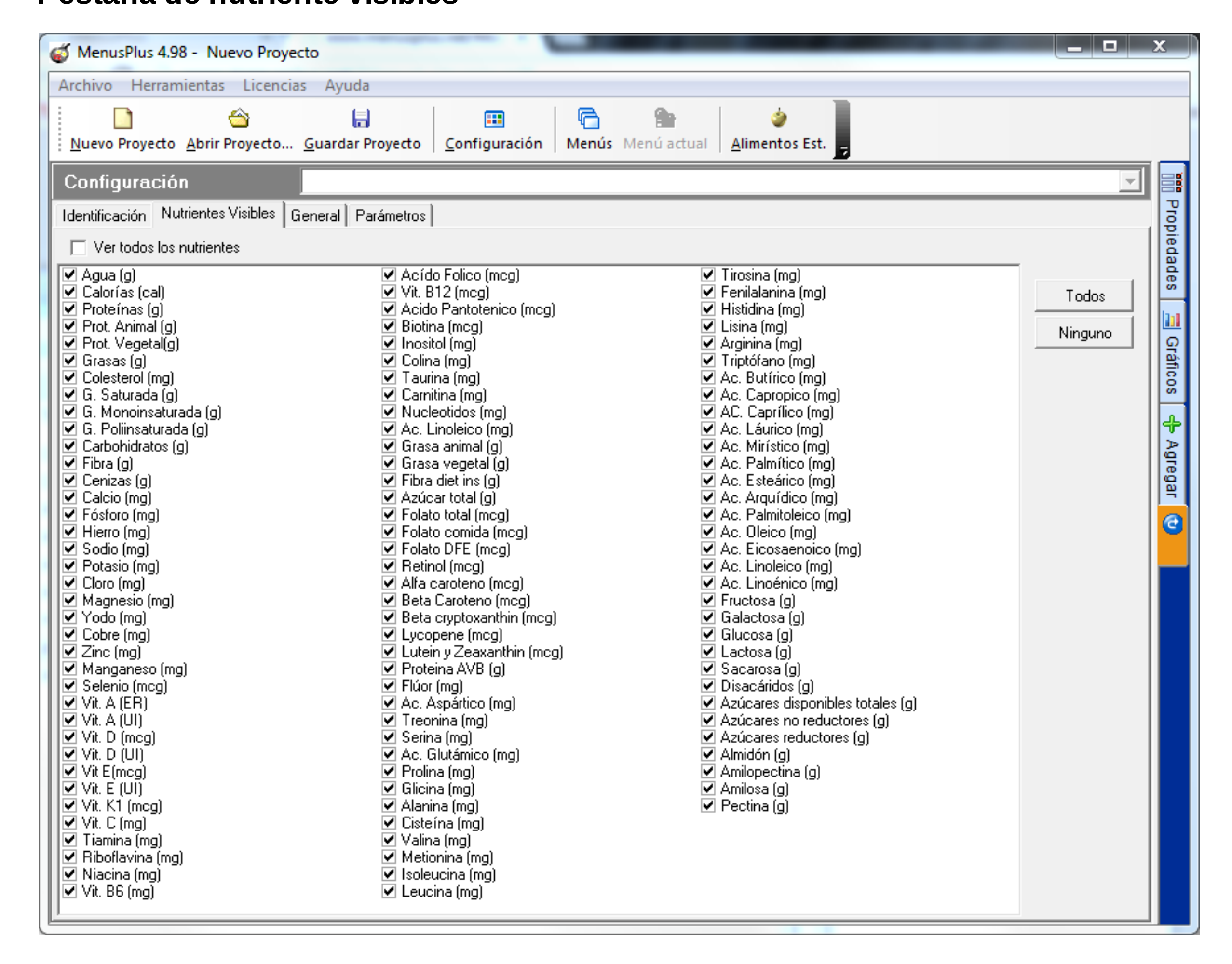


La caja de chequeo “Cantidad suficiente (C.,S.) para Peso Neto igual a cero” si es seleccionada muestra el peso de los alimentos como C.S. si su peso es cero.

La caja de chequeo “Cantidad suficiente (C.S.) para anotaciones” permite que las anotaciones, que son notas que se agregan a los menús, actúen como alimentos que se utilizan en pizcas (no tienen análisis químico pero si una cantidad suficiente).

La caja de chequeo “Ver descripción de los elementos” muestra el campo de descripción en los menús.

2.1.2 Pestaña de nutriente visibles

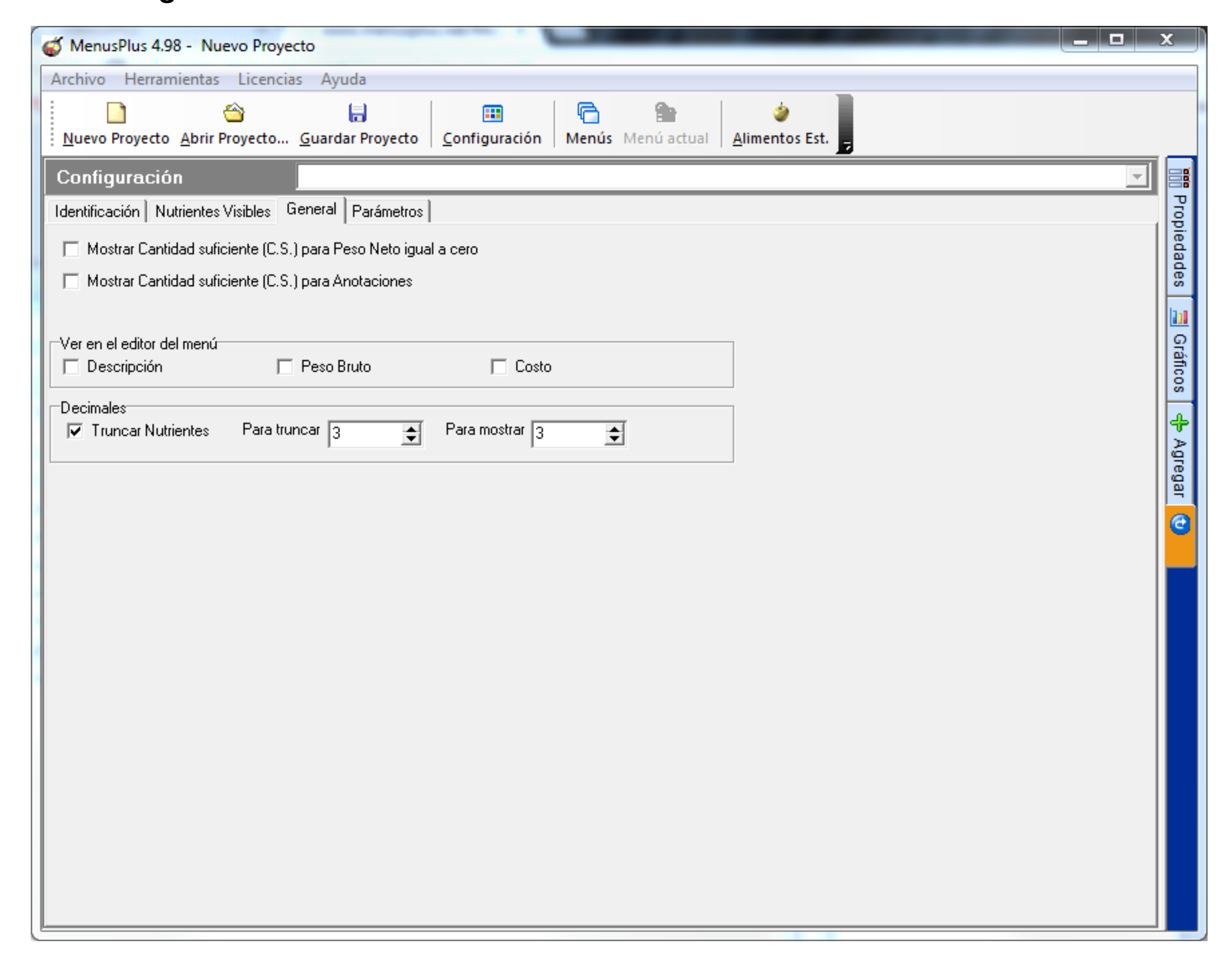


Permite seleccionar los nutrientes que son visibles en todos los menús que tenga el archivo de menús.

Por defecto se ven todos los nutrientes disponibles en el programa, para cambiar los nutrientes de clic en la caja de chequeo “Ver todos los Nutrientes”. A continuación de clic en la lista de chequeo que esta antes del nutriente, Si el nutriente esta chequeado se mostrará en los menús.

Este formulario tiene dos botones útiles: El botón “Todos” chequea todos los nutrientes; El botón “Ninguno” quita el chequeo a todos los nutrientes.

2.1.3 Pestaña general



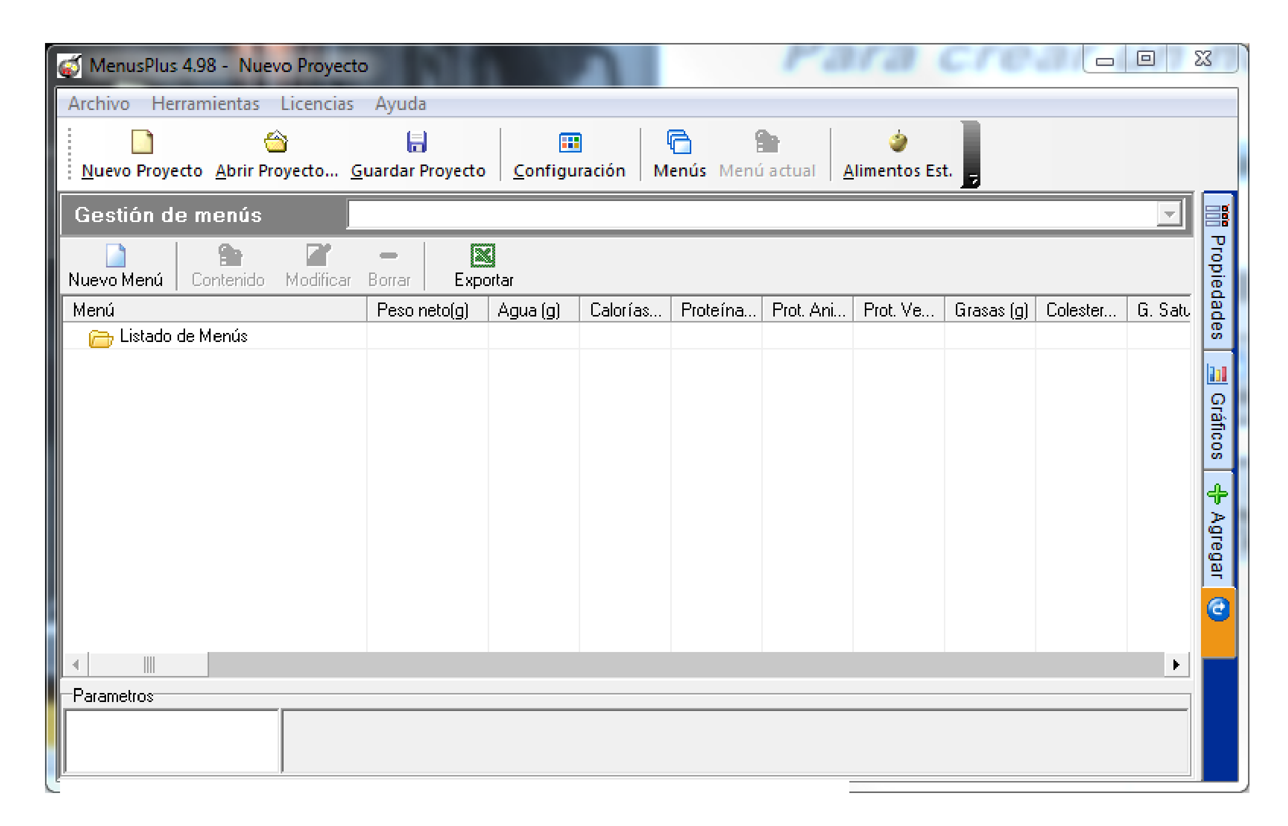
La caja de chequeo "Cantidad suficiente (C.,S.) para Peso Neto igual a cero" si es seleccionada muestra el peso de los alimentos como C.S. si su peso es cero.

La caja de chequeo "Cantidad suficiente (C.S.) para anotaciones" permite que las anotaciones, que son notas que se agregan a los menús, actúen como alimentos que se utilizan en pizcas (no tienen análisis químico pero si una cantidad suficiente).

La caja de chequeo "Ver descripción de los elementos" muestra el campo de descripción en los menús.

2.2 Crear nuevo menú

Al abrir "MenusPlus" aparece automáticamente un 'Nuevo menú', denotado en la parte superior del programa.



Para crear un ‘Nuevo menú’ existen dos herramientas: A través del botón “Nuevo” ubicado en la Barra de Herramientas del Programa; y ingresando al menú “Archivo\ Nuevo”.

2.3 Guardar menú

Existen dos formas de guardar un menú: La primera, es haciendo clic sobre el botón “Guardar” ubicado en la Barra de Herramientas; la segunda es por medio de menú “Archivo\ Guardar’.

2.4 Abrir menú

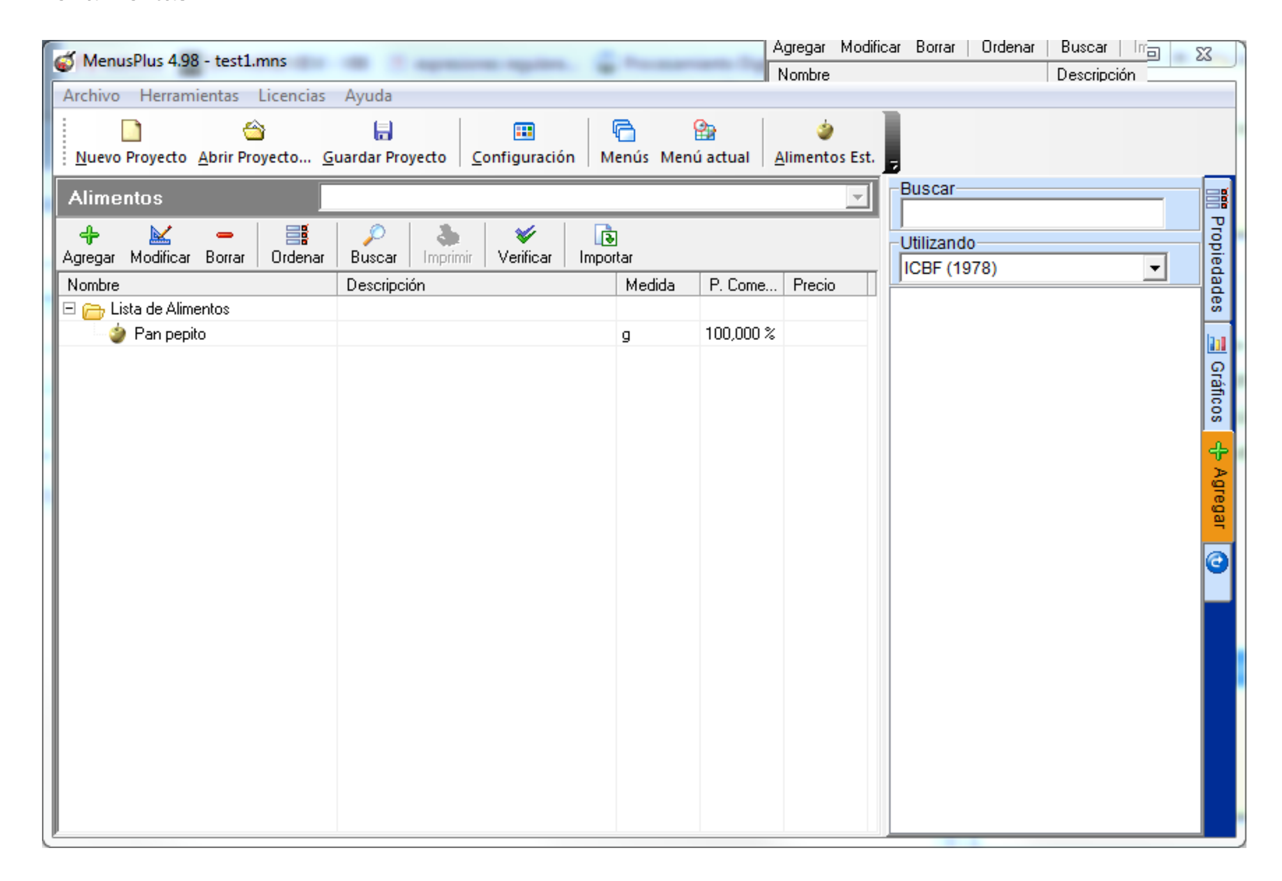
La función de abrir se puede llevar a cabo haciendo clic sobre el botón “Abrir” ubicado en la Barra de Herramientas, o por medio menú “Archivo\ Abrir”

Parte III

Alimentos estandarizados

3 Alimentos estandarizados

Para ingresar entrar a 'Alimentos' de clic en el botón "Alimentos Est." Ubicado en la barra de herramientas.



El formulario tiene una barra de herramientas propia con los siguientes comandos:

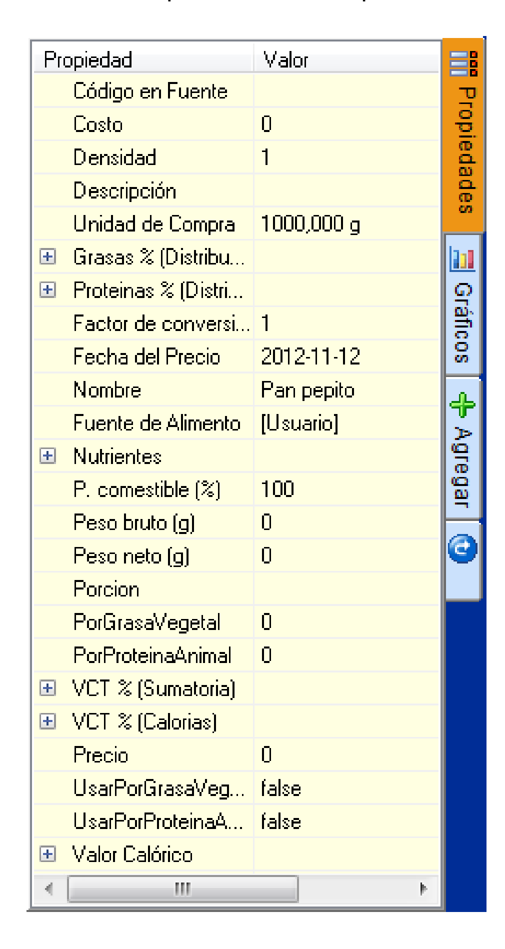
- Agregar: Agrega un alimento estandarizado a la lista.
- Modificar: Muestra el formulario de medicación del alimento.
- Borrar: Borra un alimento de la lista. No es recomendable borrar alimentos pues los menús en los que son utilizados tendrán que ser corregidos.
- Ordenar: Ordena alfabéticamente el Listado de Alimentos.
- Buscar: Busca un alimento en el Listado de Alimentos.
- Imprimir: Imprime el Listado de Alimentos.
- Verificar: Muestra si se están utilizando tabla de composición que se van a descontinuar.
- Importar: Permite agregar alimentos definidos en archivos de Microsoft Excel.

3.1 Propiedades y Gráficos

Los formularios de alimentos estandarizados y de menús tiene herramientas de análisis químico automáticas. Cuando se selecciona un elemento en estos formularios en la ventana de herramientas en la parte derecha de la aplicación se muestra el resultado del análisis químico. Estas herramientas están en la pestaña "Propiedades" y "Gráficos".

3.1.1 Pestaña Propiedades

Muestra un listado con todas las propiedades que tiene el elemento seleccionado. El listado cambia de acuerdo al tipo de elemento que se seleccione.

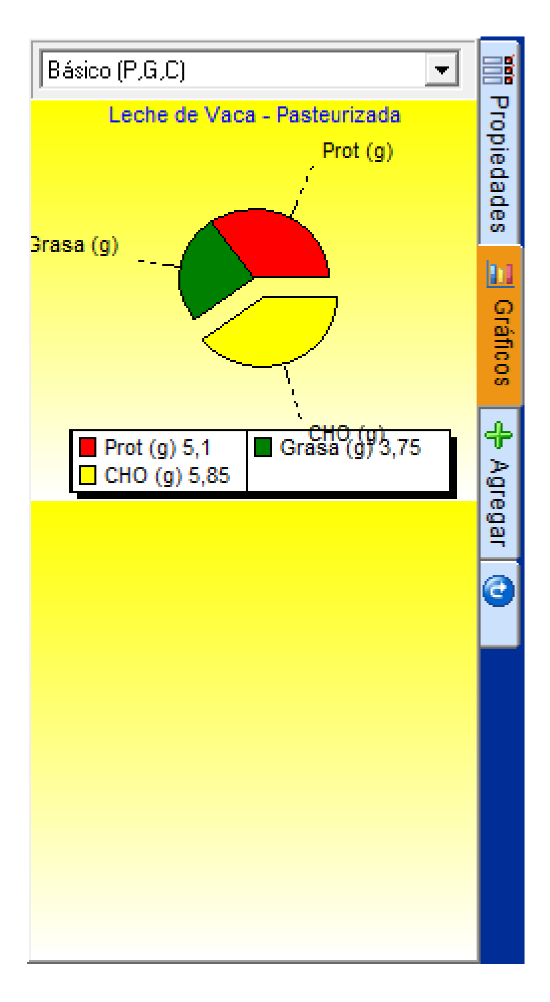


En general, se tienen las siguientes propiedades:

- Nombre: Nombre del elemento.
- Descripción: Descripción del elemento.
- Costo: Costo del elemento.
- Grasa % (Distribución): Distribución de la grasa porcentual.
- Proteínas % (Distribución): Distribución de proteínas porcentual.
- Nutrientes: Análisis químico del elemento.
- PorGrasaVegetal: Porcentaje de grasa vegetal
- ProProteinaAnimal: Porcentaje de proteína animal.
- VCT % (Sumatoria): Valor calórico total tomado en base a la sumatoria de las calorías de proteínas, grasas y carbohidratos.
- VCT % (Calorías): Valor calórico total tomado en base a las calorías del elemento.
- Valor Calórico: Valor calórico de proteínas, grasas y carbohidratos.

3.1.2 Pestaña Gráficos

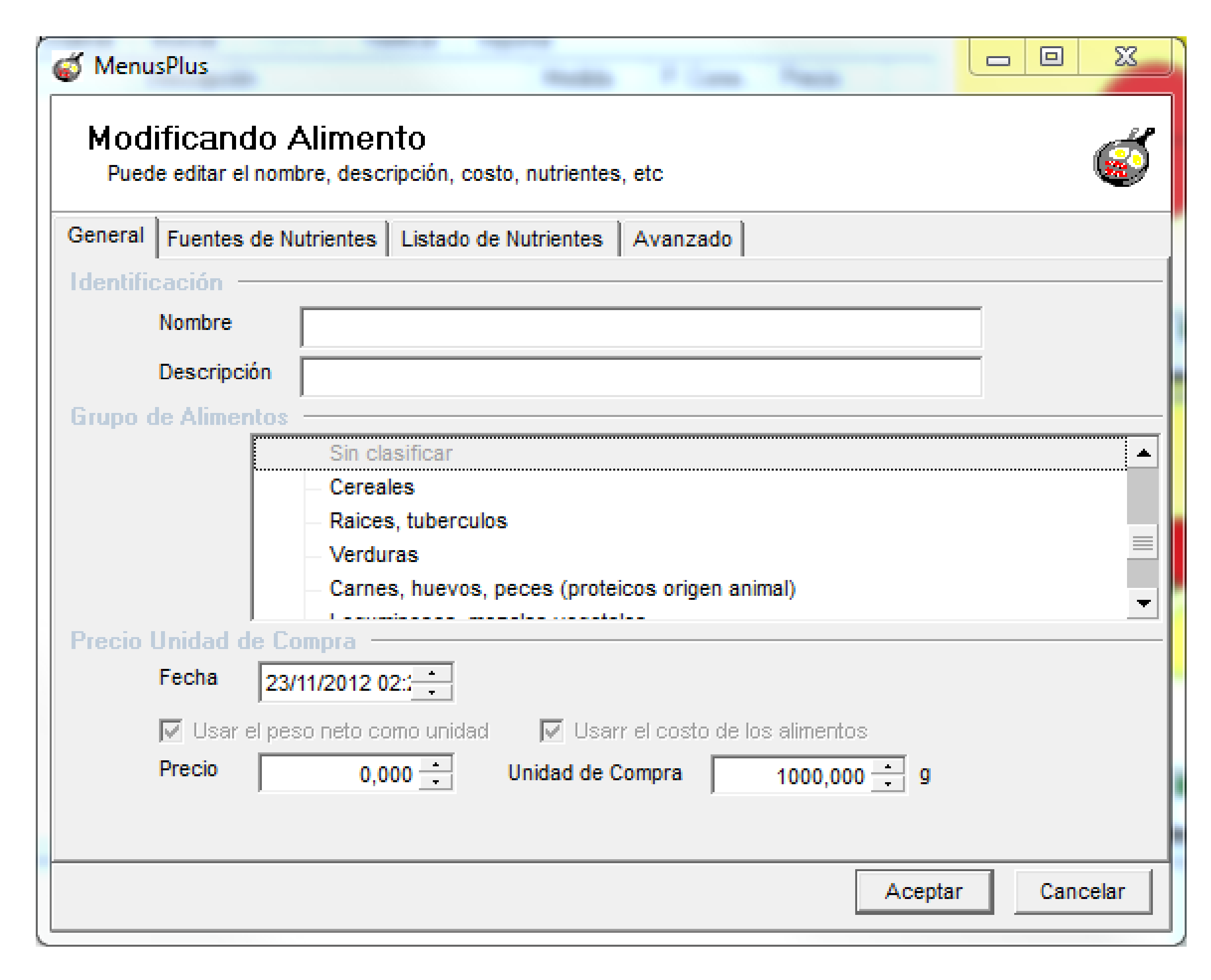
En la parte superior de este formulario se encuentra un listado desplegable donde se selecciona el gráfico que se quiere construir.



Se pueden analizar dos elementos al tiempo, para ello de clic al segundo elemento con el botón derecho del ratón.

3.2 Como Crear Alimentos

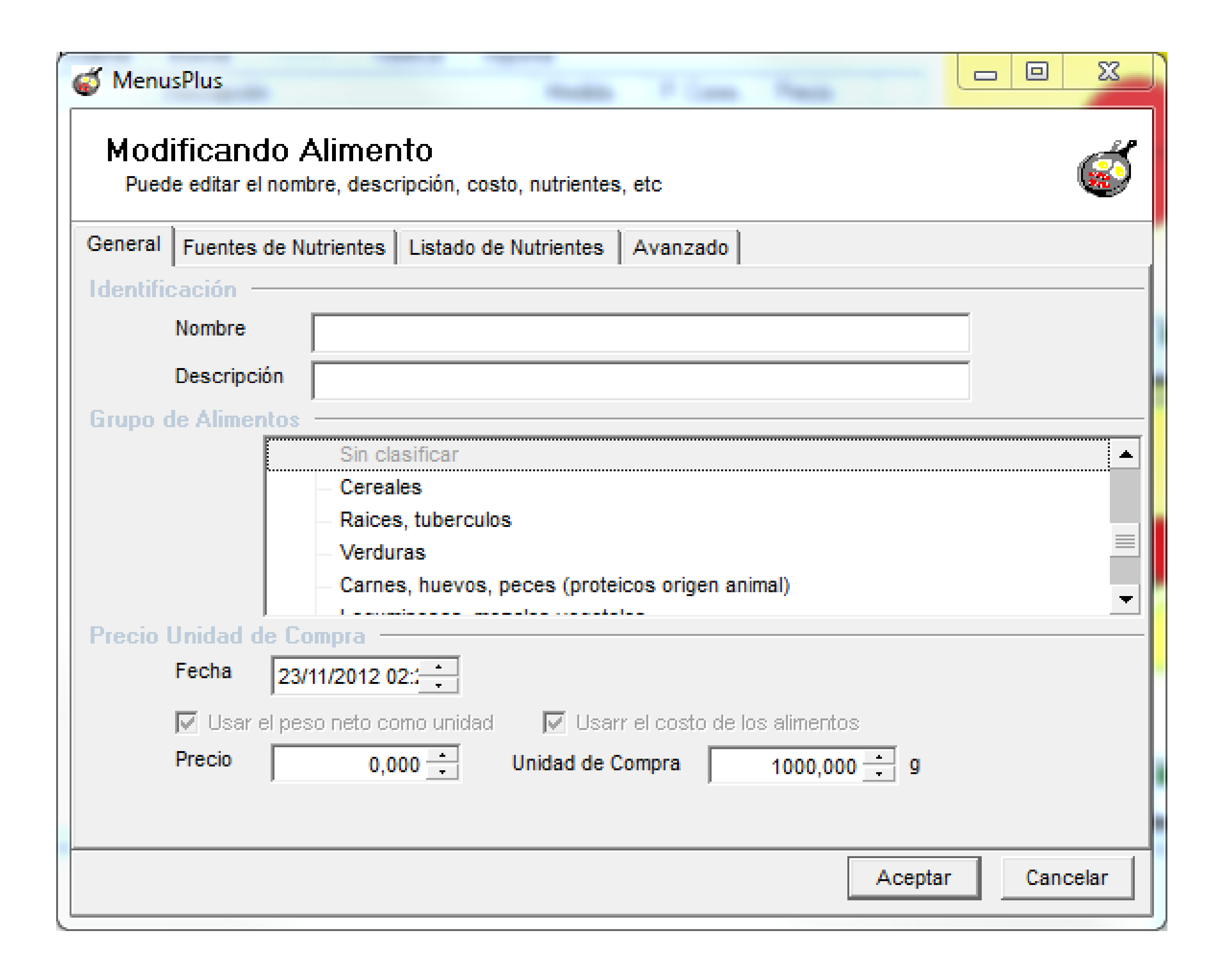
El programa permite la incorporación de alimentos haciendo clic en el botón “Agregar” de la barra de herramientas de alimentos. Se mostrara el siguiente formulario:



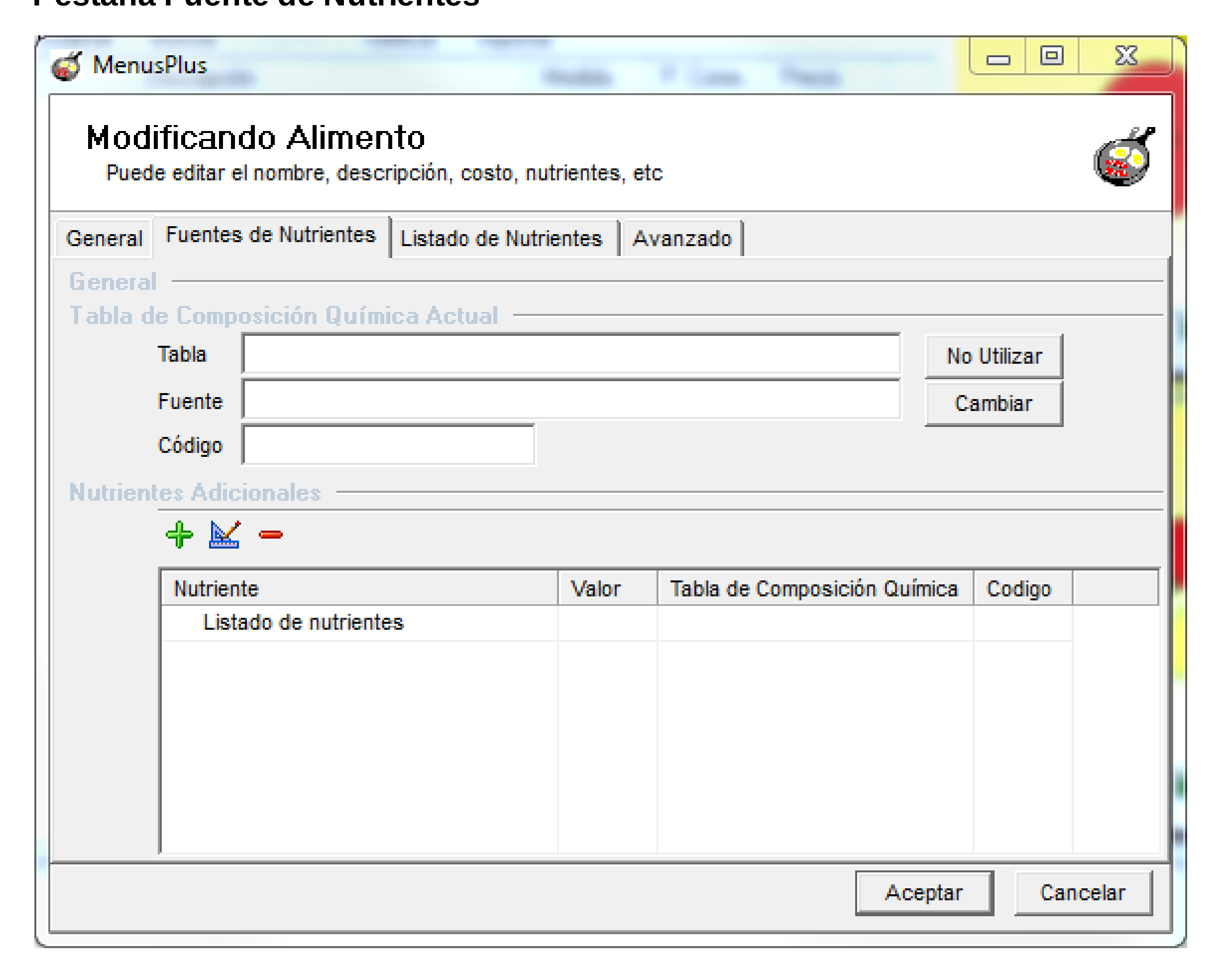
El formulario esta dividido en cuatro pestañas: General, Fuentes de Nutrientes, Listado de Nutrientes y Avanzado.

3.2.1 Pestaña General

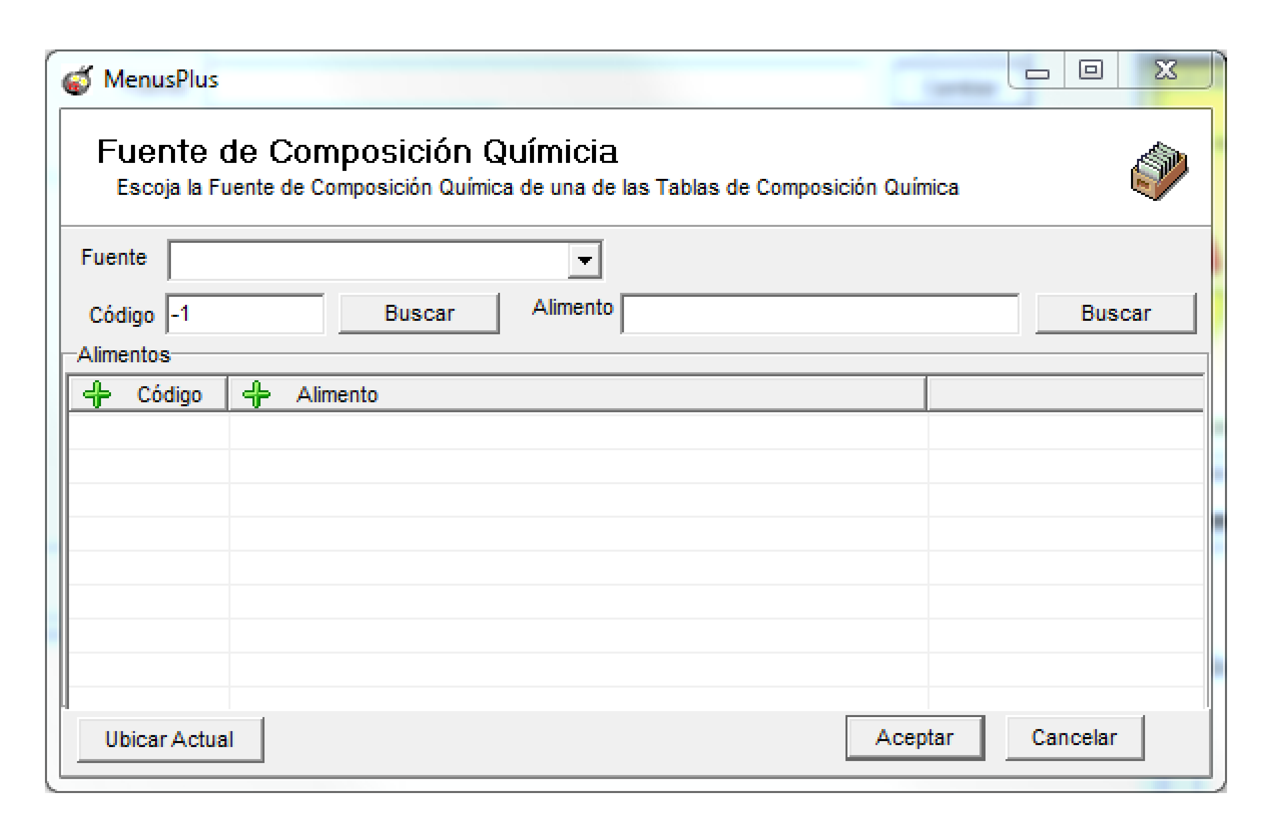
En la pestaña “General” se escribe la identificación del alimento. El nombre identificará el alimento para su uso en los menús. En la sección “Grupo de Alimentos” se clasifica el alimento en uno de los grupos listados. La sección “Precio Unidad de Compra” permite definir el costo del alimento para que en los menús se calcule automáticamente.


MenusPlus
Modificando Alimento
Puede editar el nombre, descripción, costo, nutrientes, etc
General
Fuentes de Nutrientes
Listado de Nutrientes
Avanzado
Identificación
Nombre
Descripción
Grupo de Alimentos
Sin clasificar
Cereales
Raices, tuberculos
Verduras
Carnes, huevos, peces (proteicos origen animal)
Precio Unidad de Compra
Fecha
23/11/2012 02:
Usar el peso neto como unidad
Usarr el costo de los alimentos
Precio
0,000
Unidad de Compra
1000,000
g
Aceptar
Cancelar

3.2.2 Pestaña Fuente de Nutrientes



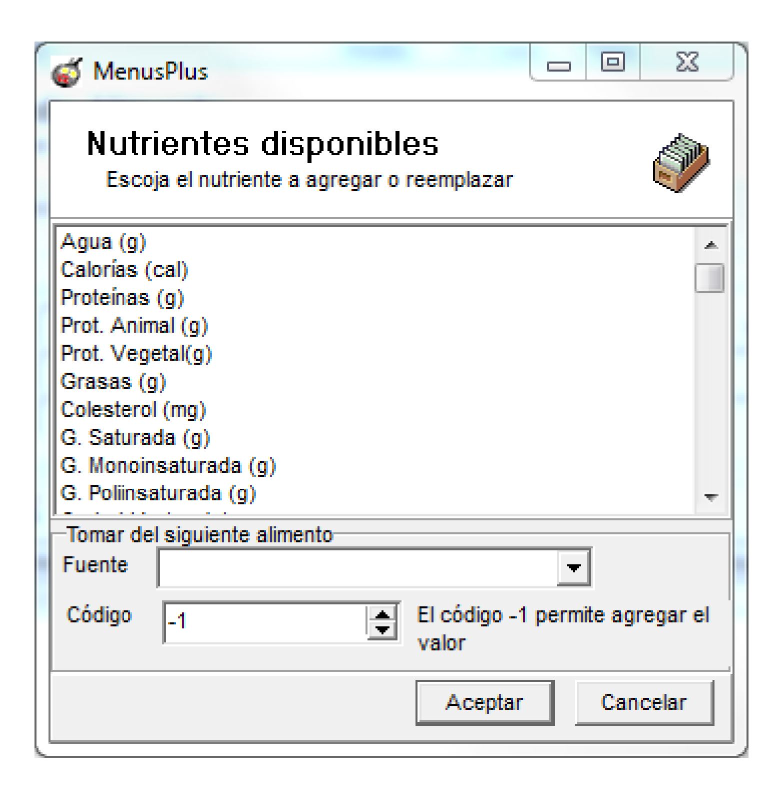
La pestaña "Fuente de Nutrientes" permite definir la tabla de composición química de donde se obtiene el análisis químico. La sección "Tabla de Composición Química Actual" muestra la tabla y el alimento que se están utilizando (por ejemplo ICBF, Leche entera). El botón "No Utilizar" permite borrar la tabla de composición química. El botón "Cambiar" permite seleccionar otra fuente de composición química como se muestra a continuación:



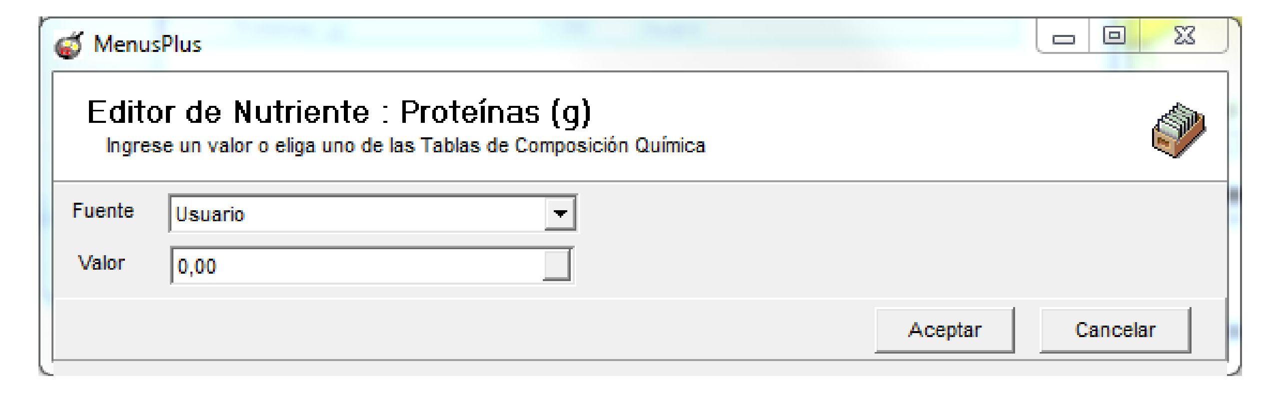
Para utilizar este formulario se selecciona primero la fuente de composición, luego se puede buscar por el código del alimento o en la tabla o por el nombre del alimento en esta. Se da clic en el botón buscar según la información que se tenga y el sistema muestra un listado con las coincidencia de alimentos en la tabla. Seleccione un alimento y a continuación de clic en el botón Aceptar.

Regresando a la pestaña "Fuentes de Nutrientes" se encuentra otra sección llamada "Nutrientes Adicionales". Los nutrientes adicionales permiten personalizar un alimento agregando el análisis de nutrientes de otras tablas de composición o directamente por el usuario. Se pueden Agregar, Modificar y Borrar nutrientes adicionales.

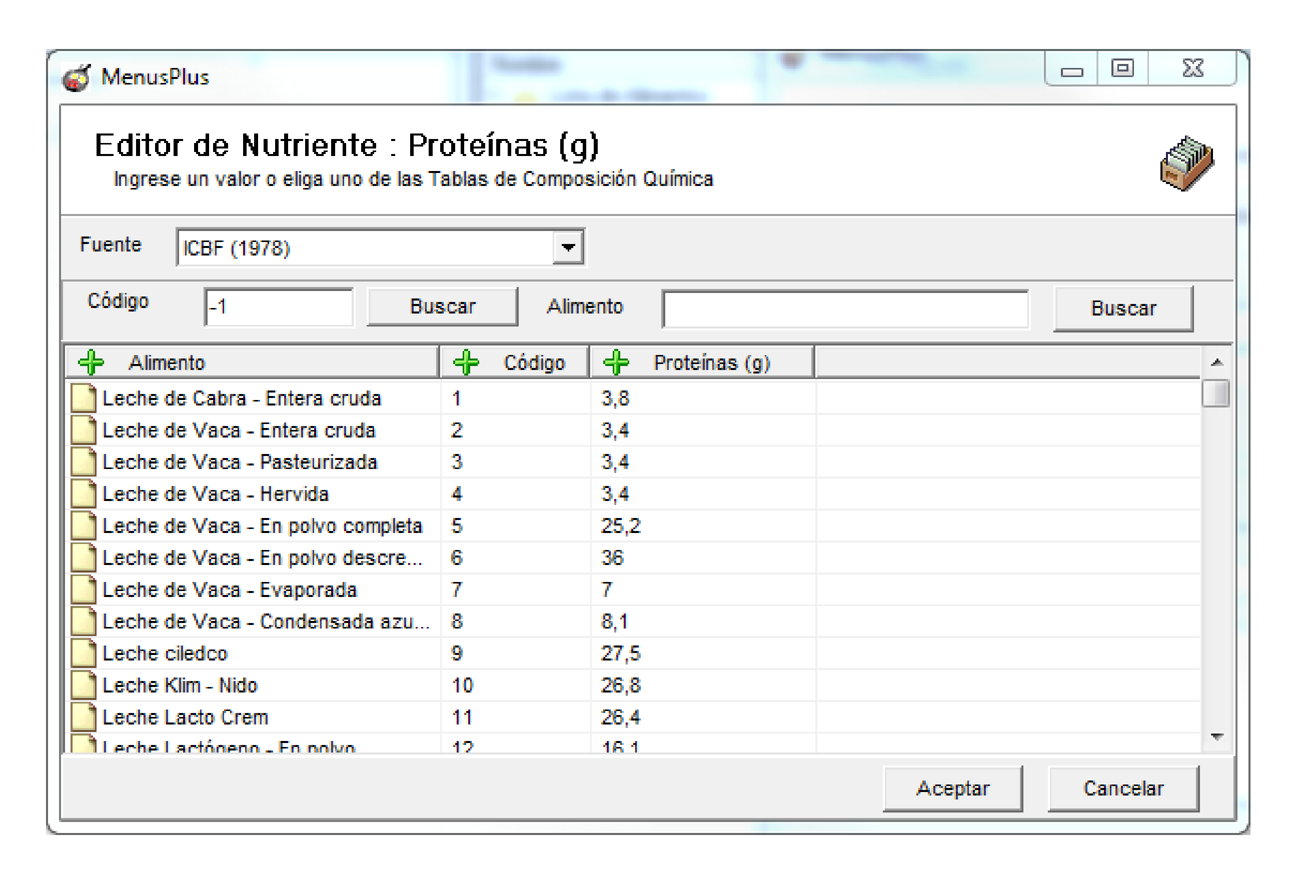
Al agregar un nutriente adicional se muestra un formulario donde se eligen los nutrientes que se van a adicionar. El formulario permite definir la fuente y el código del alimento si todos los nutrientes adicionados se van a tomar de un mismo alimento.



Cuando se tienen nutrientes adicionales y se modifica el nutriente se muestra el siguiente formulario si el nutriente fue agregado con código -1, ya que esto quiere decir que el usuario ingresa el valor del nutriente:



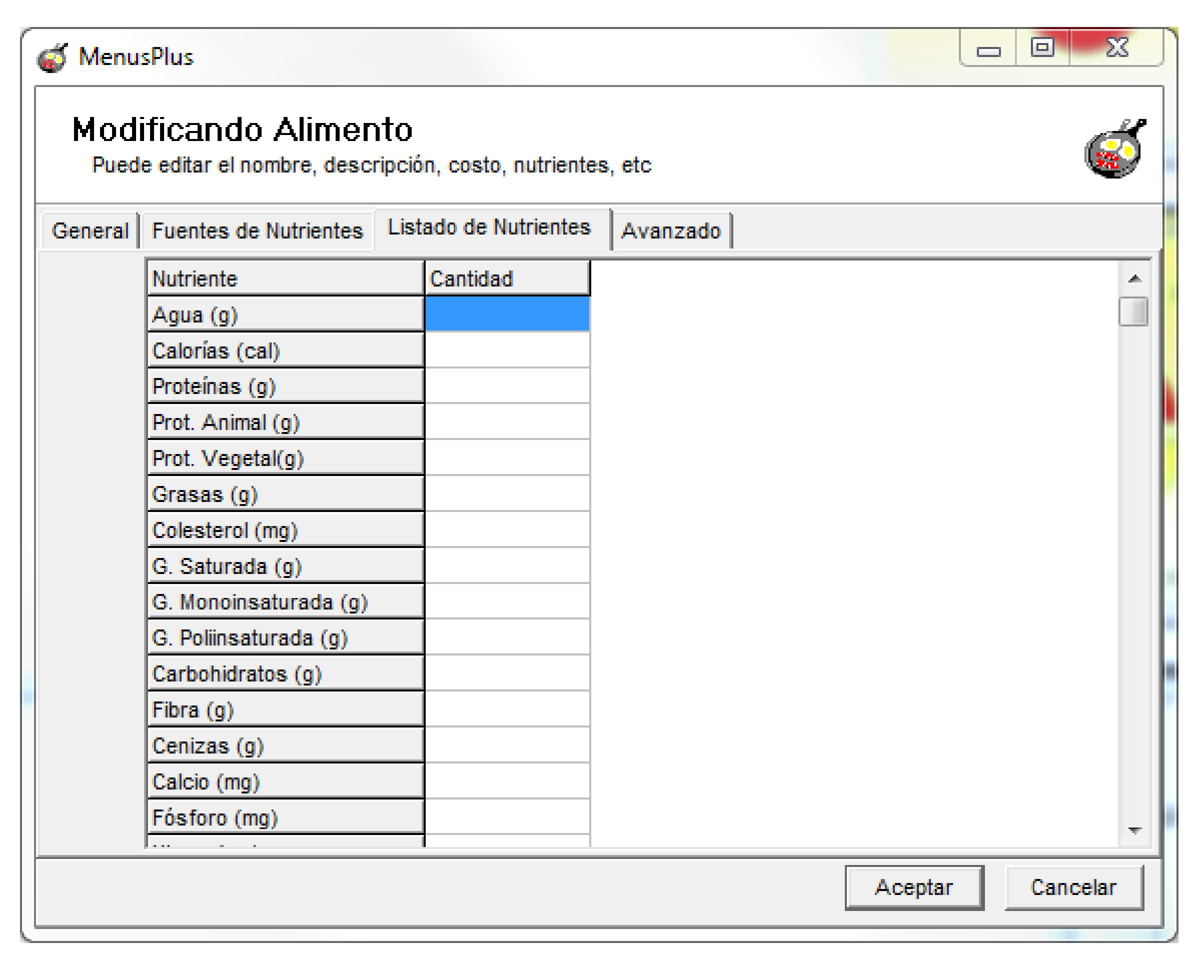
En este formulario se ingresa el valor de nutriente. Si se selecciona del menú desplegable “Fuente” un valor diferente a “Usuario” entonces se muestra el siguiente formulario:



Donde se muestra un listado de los alimentos que coinciden con el criterio de búsqueda por código o por nombre de alimento. El listado muestra el código del alimento en la tabla de composición tomada como fuente y el valor del nutriente que se esta personalizando.

3.2.3 Pestaña Listado de Nutrientes

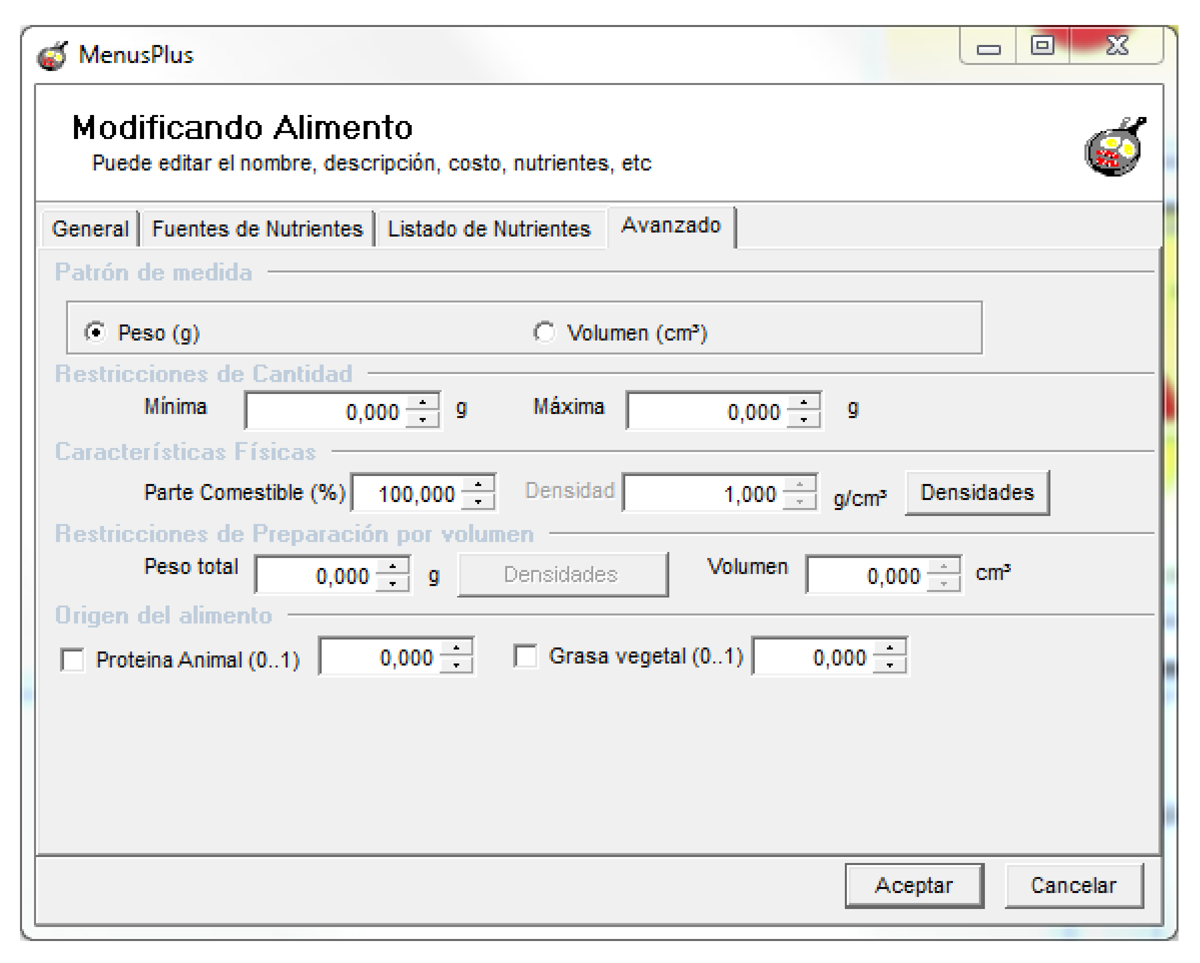
Esta pestaña muestra el resultado de la personalización de las fuentes de nutrientes.



3.2.4 Pestaña Avanzado

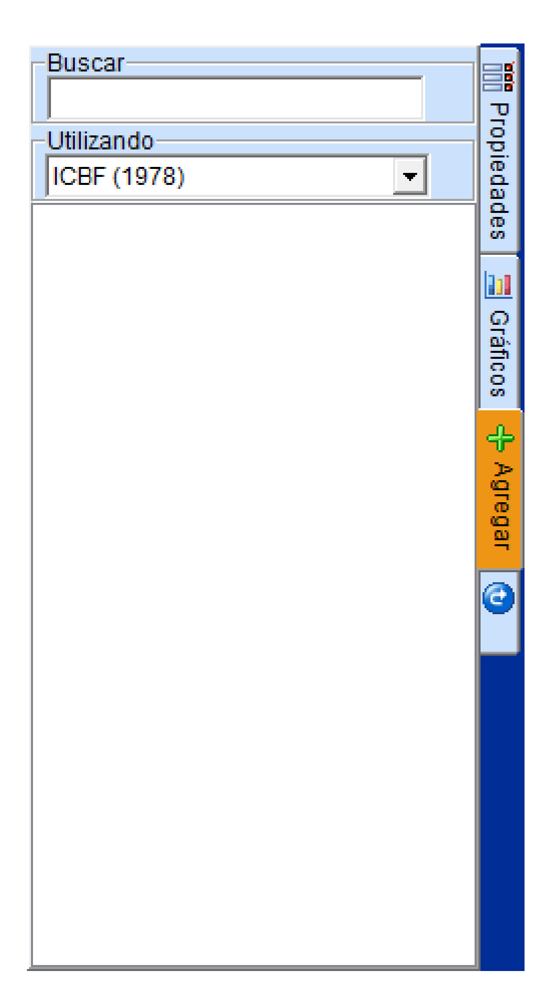
Este formulario permite definir características físicas del alimento. Patrón de medida determina si el alimento es sólido o liquido. En la mayoría de los casos es recomendable utilizar el peso como el patrón.

La sección “Origen del Alimento” permite que el programa calcule las proteínas y grasas automáticamente según su origen animal o vegetal (útil en el cálculo de distribución de proteína y grasa). Para ello se debe chequear tanto “Proteína Animal (0..1)” como “Grasa vegetal (0..1)”. Se debe ingresar el porcentaje de origen animal o vegetal en cada uno de cuadros. El porcentaje esta de 0 a 1, así que 50% es 0.5.

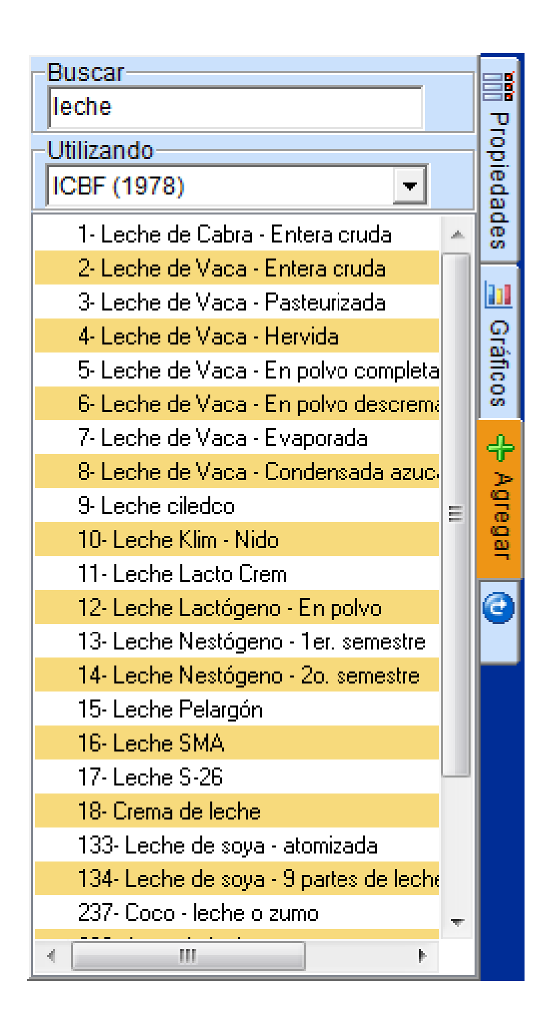


3.3 Como Agregar Alimentos desde una Tabla de Composición Química

En la ventana de herramientas se encuentra la Pestaña “Agregar”. Esta pestaña permite buscar agregar alimentos estandarizados sin tener que escribir todos los datos.



El primer paso es seleccionar la tabla de composición química con el menú desplegable “Utilizando”. Luego en el cuadro de texto “Buscar” escribir una parte del nombre del alimento y presionar la tecla “Enter”. El programa mostrara todos los alimentos que tengan en su nombre el texto escrito



Seleccione el alimento de la lista y de doble clic sobre el mismo para que se adicione al listado de alimentos.

ATENCIÓN: El sistema requiere una correcta ortografía para encontrar los alimentos, en especial el uso de tildes.

3.4 Como Modificar y Borrar

Para modificar un alimento estandarizado se debe hacer clic sobre el botón “Modificar” de la barra de herramientas del formulario, que despliega la ventana en la cuál se pueden hacer los cambios deseados igual que al agregar.

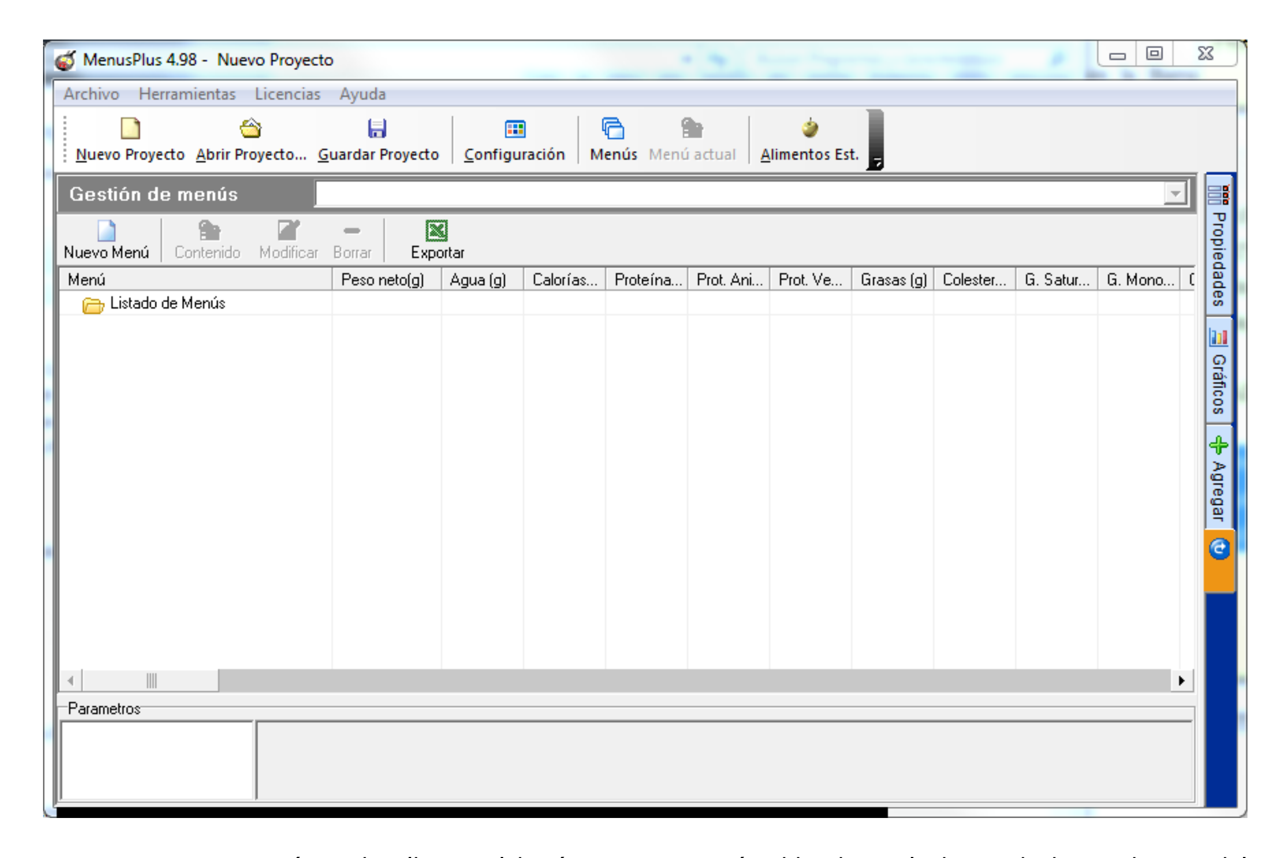
Para borrar un alimento estandarizado puede utilizar el botón “Borrar” ubicado en la Barra de Herramientas del Formulario, o por medio del teclado con la tecla “Supr” o “Delete”.

Parte IV

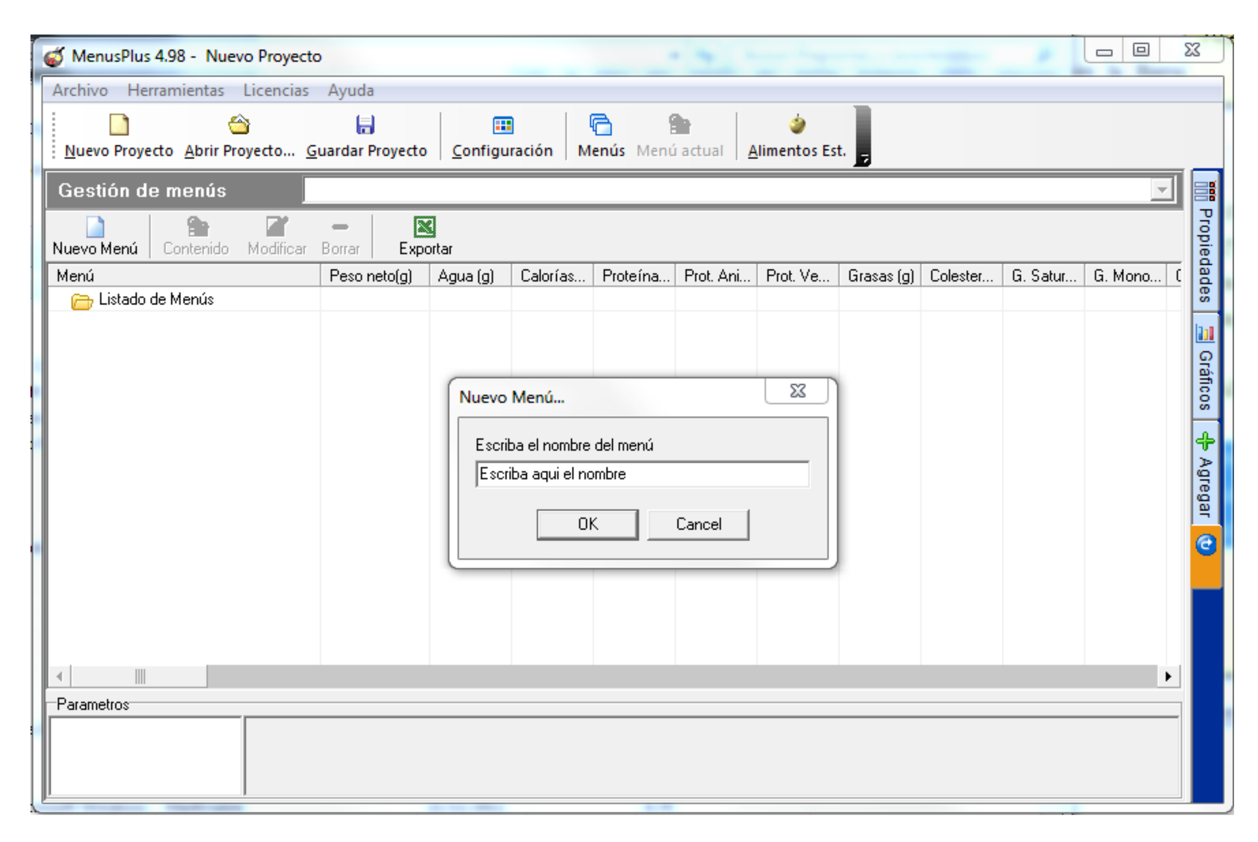
Manejo de Menús

4 Manejo de Menús

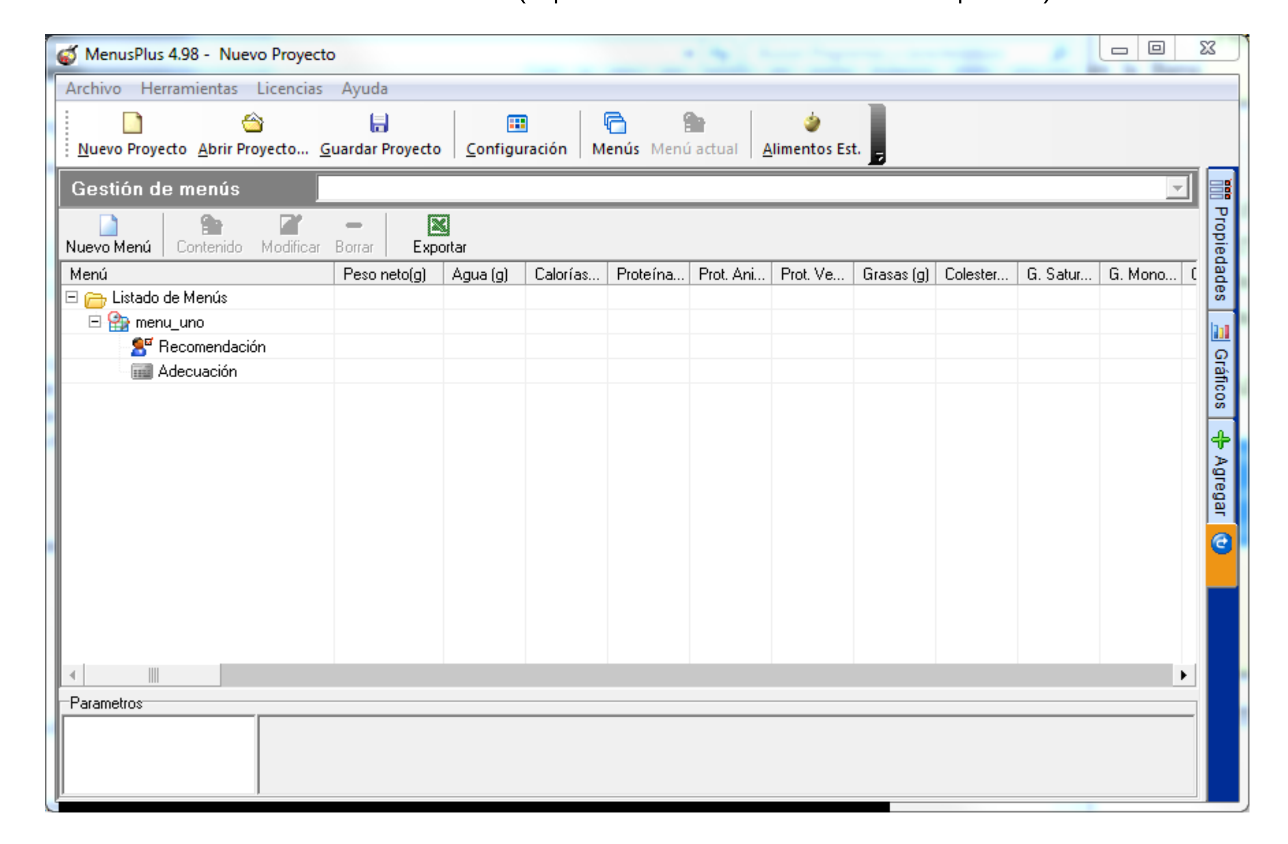
En primer lugar se tienen que agregar menús al archivo, por lo que se da clic en el botón "Menús" de la barra de herramientas del programa. El formulario de "Gestión de menús" se activa como se ve a continuación:



Para agregar un menú se da clic en el botón "Nuevo Menú" ubicado en la barra de herramientas del formulario. El programa preguntara el nombre para identificar el nuevo menú.



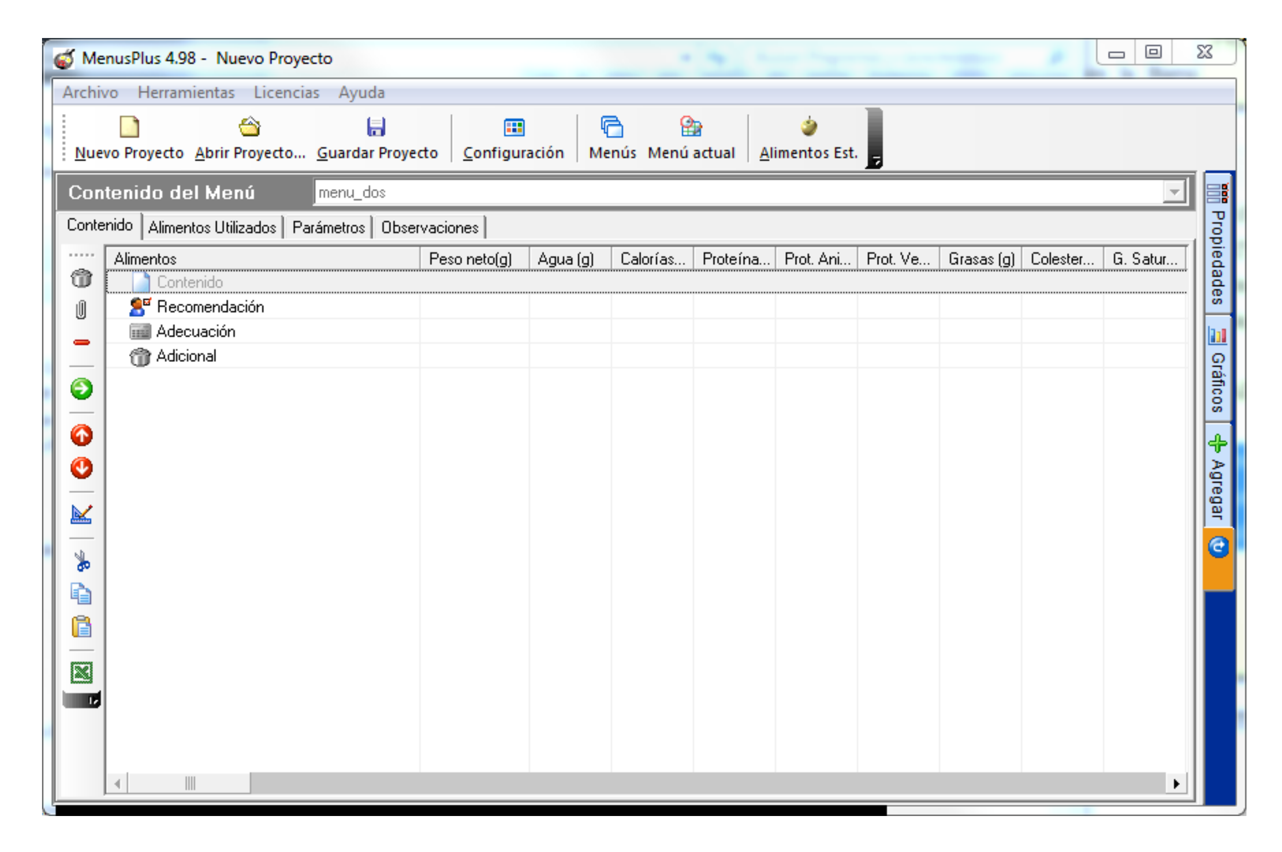
Una vez agregado se muestra en el listado de menús el nuevo menú. El programa puede tener gran cantidad de menús en un mismo archivo (depende de las restricciones del computador).



Para ver el contenido del menú de clic en el menú que desea editar en el listado de menús, luego de clic en el botón "Contenido" de la barra de herramientas del formulario. También puede ver el contenido del menú dando doble clic sobre el menú en el listado del menú o seleccionándolo del listado desplegable debajo de la barra de herramientas del programa.

4.1 Contenido del Menú

Para ir al contenido de menú doble clic sobre este en la lista de menús.



A continuación se describe la funcionalidad que representa cada icono listado a la parte izquierda de la sección de contenido

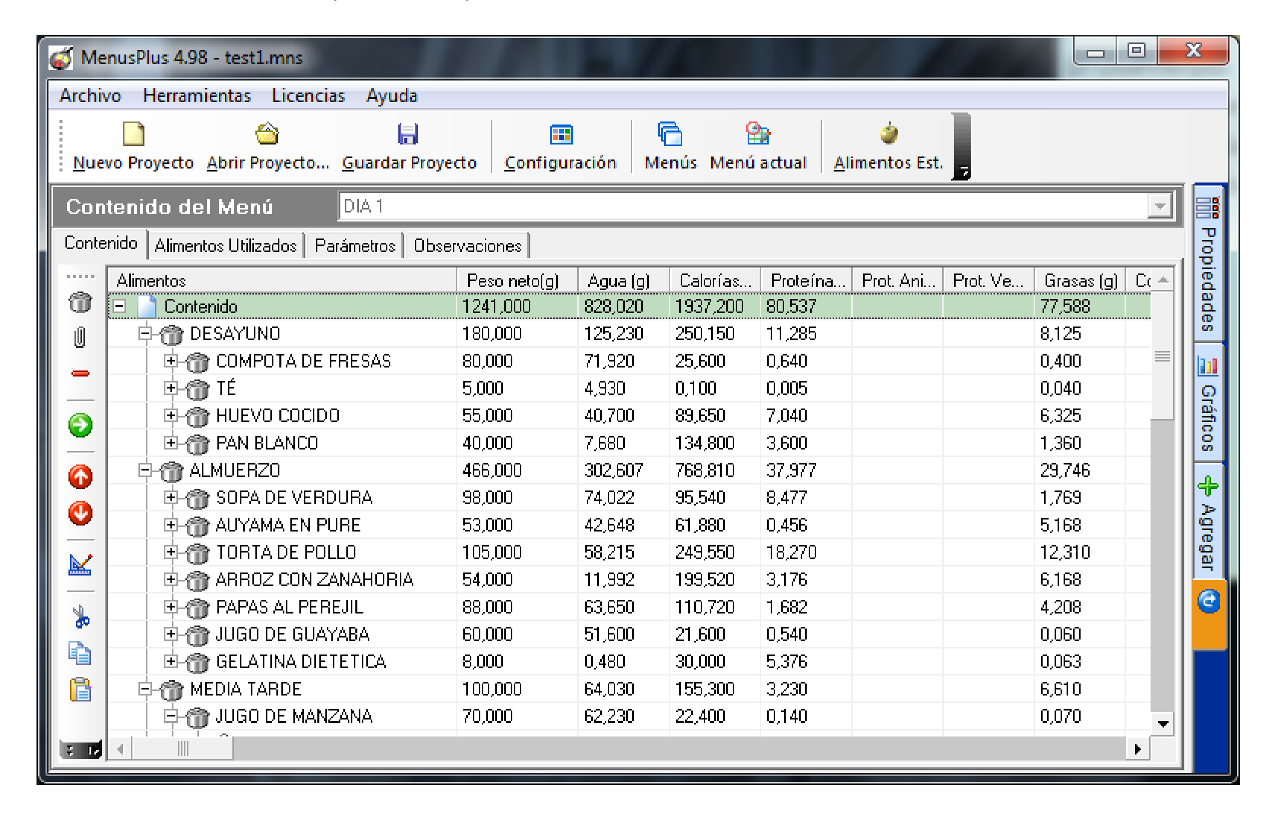
Icono	Descripción
	Permite la creación de un nuevo contenedor
	Permite agregar un comentario o anotación
	Esta opción permite eliminar ya sea alimentos o contenedores que se tengan en el menú
	Esta opción permite reemplazar un alimento que esta en el menú por otro. Esta opción hace el reemplazo del alimento en todas las parte del menu que aparece
	Permite reubicar ya sea un alimento o un contenedor una posición mas arriba en relación con los demás items que estan en el mismo nivel
	Permite reubicar ya sea un alimento o un contenedor una posición mas abajo en relación con los demás items que estan en el mismo nivel
	Permite modificar la información de un alimento o contenedor seleccionado
	Permite cortar alimentos y contenedores

	Opción para copiar alimentos y contenedores
	Esta opción permite pegar los elementos o contenedores que hayan sido copiados o cortados con las opciones anteriores
	Opción que permite exportar el menú a un documento excel

4.2 Agregando un Conector y Tiempos de Comida

El contenedor, se utiliza para reunir alimentos y preparaciones, para que sobre el contenedor se haga el análisis químico de manera general. Cuando se desea crear un contenedor, se debe hacer clic sobre el botón Contenedor ( ) que esta en la Barra de Herramientas del Formulario.

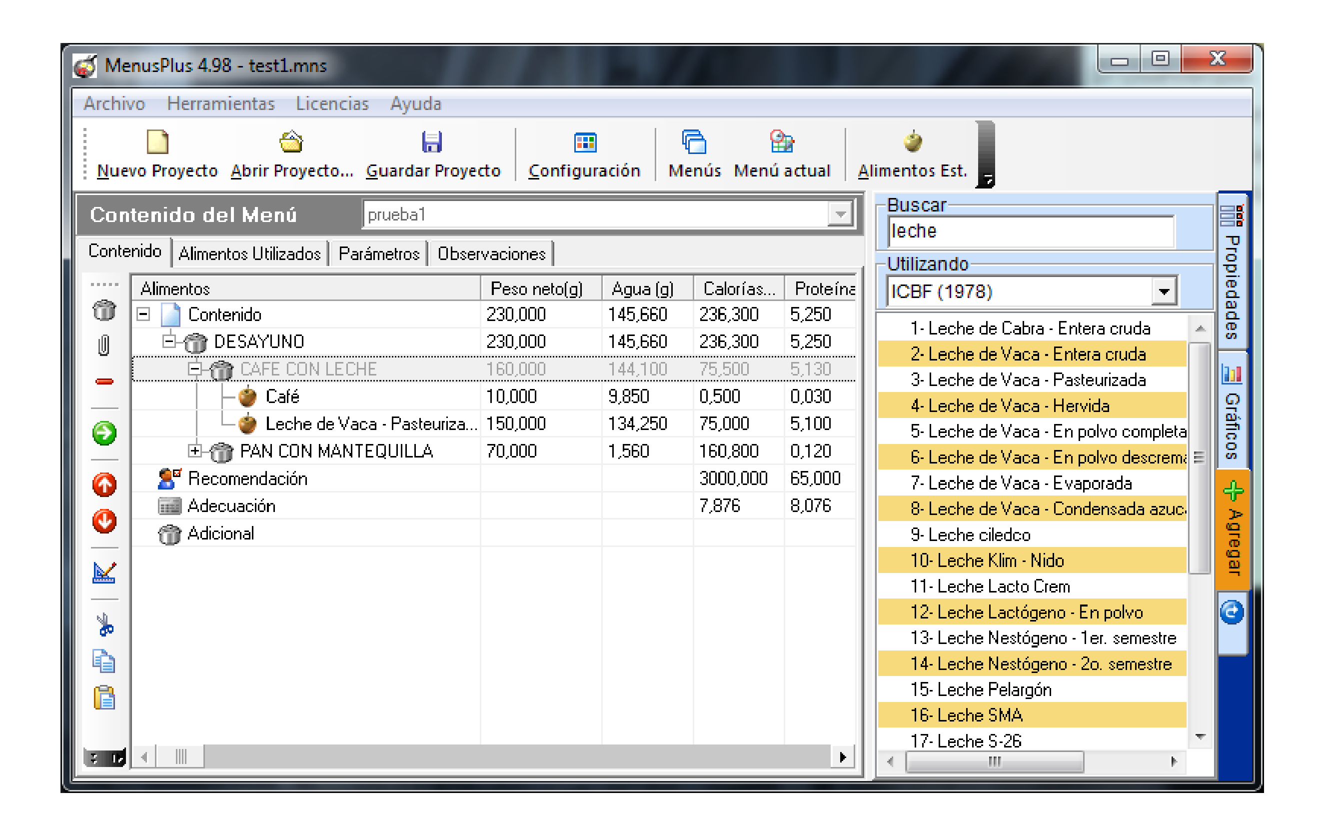
Como los tiempos de comida convencionales (desayuno, medias nueves, almuerzo, onces y comida), son contenedores y en la mayoría de Planes deben estar incluidos, el programa los permite introducir haciendo clic sobre la flecha que esta al lado del botón 'Contenedor' ( ), para así desplegar la opción de introducir estos tiempos de comida. Para que los tiempos de comida aparezcan en el formulario se debe hacer clic sobre la opción 'Tiempos de comida'.



Alimentos	Peso neto(g)	Agua (g)	Calorías...	Proteína...	Prot. Ani...	Prot. Ve...	Grasas (g)	C
Contenido	1241,000	828,020	1937,200	80,537			77,588	
DESAYUNO	180,000	125,230	250,150	11,285			8,125	
COMPOTA DE FRESAS	80,000	71,920	25,600	0,640			0,400	
TÉ	5,000	4,930	0,100	0,005			0,040	
HUEVO COCIDO	55,000	40,700	89,650	7,040			6,325	
PAN BLANCO	40,000	7,680	134,800	3,600			1,360	
ALMUERZO	466,000	302,607	768,810	37,977			29,746	
SOPA DE VERDURA	98,000	74,022	95,540	8,477			1,769	
AUYAMA EN PURE	53,000	42,648	61,880	0,456			5,168	
TORTA DE POLLO	105,000	58,215	249,550	18,270			12,310	
ARROZ CON ZANAHORIA	54,000	11,992	199,520	3,176			6,168	
PAPAS AL PEREJIL	88,000	63,650	110,720	1,682			4,208	
JUGO DE GUAYABA	60,000	51,600	21,600	0,540			0,060	
GELATINA DIETETICA	8,000	0,480	30,000	5,376			0,063	
MEDIA TARDE	100,000	64,030	155,300	3,230			6,610	
JUGO DE MANZANA	70,000	62,230	22,400	0,140			0,070	

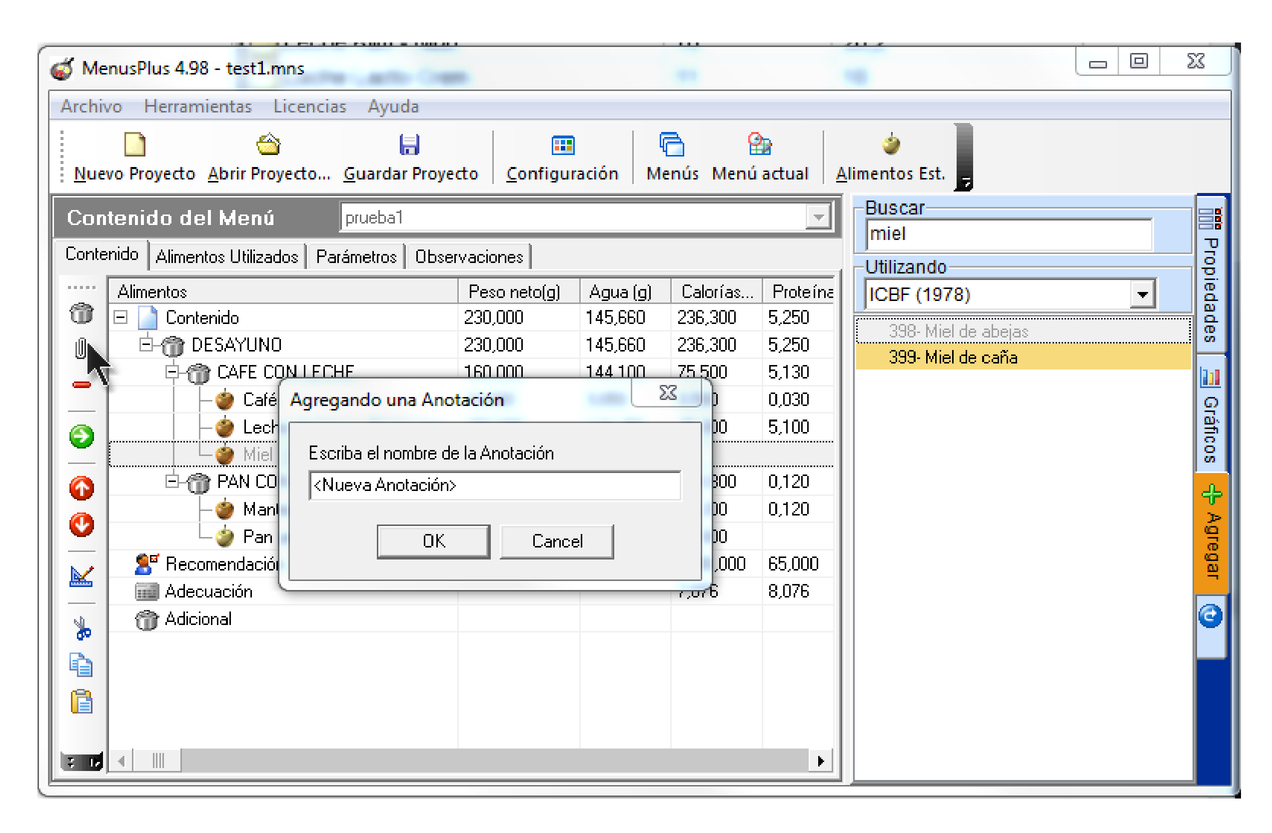
4.3 Agregando Alimentos y Preparaciones en Tiempos de Comida

Para agregar los alimentos se selecciona el contenedor y en la parte derecha se selecciona la opción agregar, para luego en el campo buscar ingresar el nombre del alimento a agregar, seleccionando la tabla de alimentos (campo Utilizando) dando doble clic sobre el elemento de la lista.

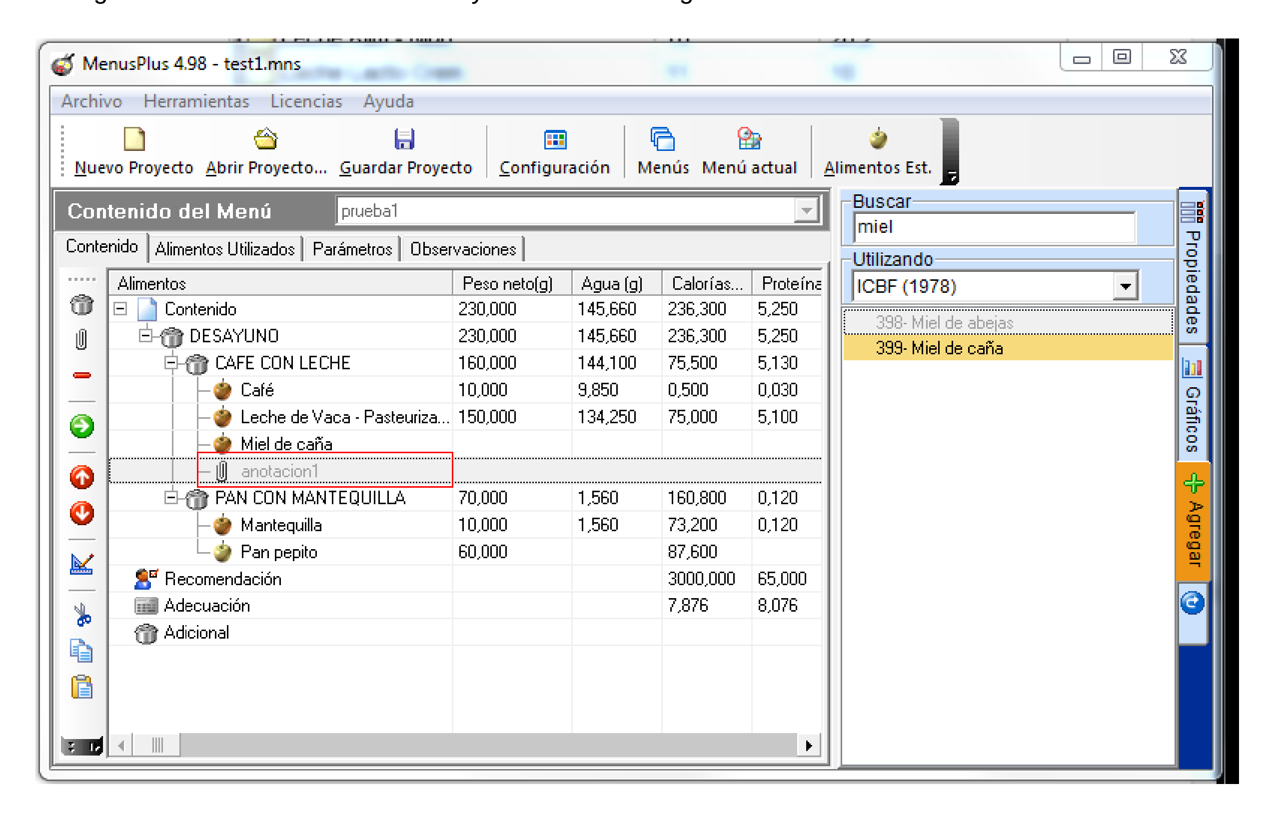


4.4 Para Hacer Anotaciones

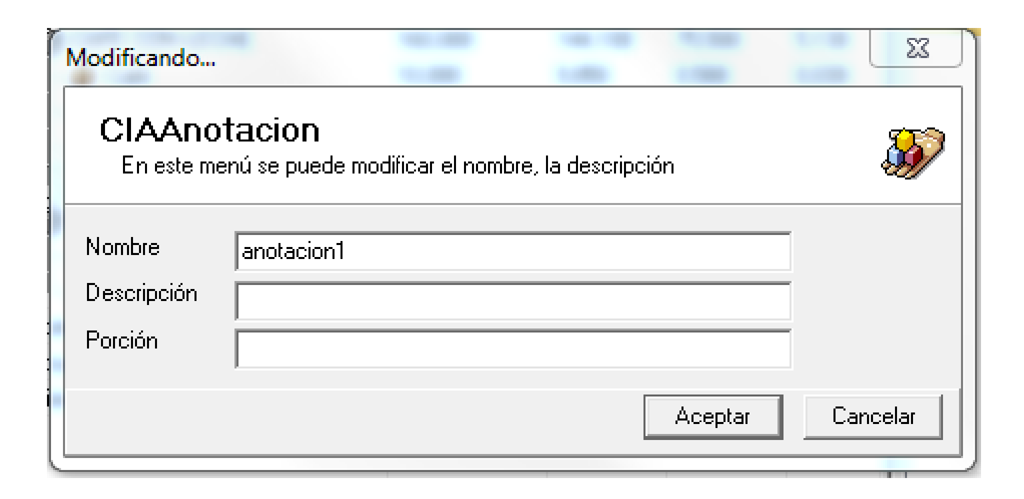
Para hacer anotaciones solo se debe seleccionar el nodo para indicar en que parte se quiere que aparezca y posteriormente clic en el icono



Se ingresa el nombre de la anotación y se va a ver de siguiente manera



Posteriormente para agregar contenido a la anotación se da doble clic sobre esta



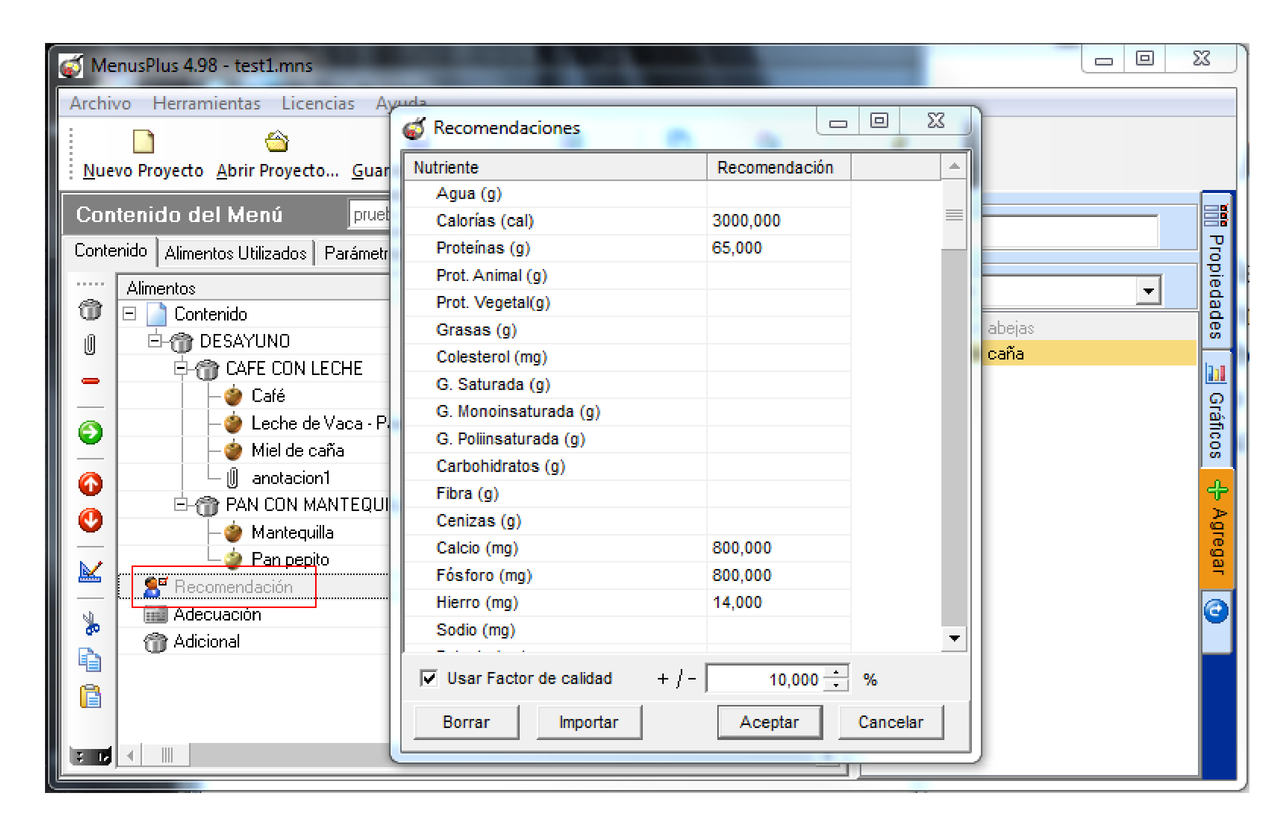
4.5 Para Modificar y Borrar

Para modificar cualquier elemento que se encuentre en el Plan de Alimentación se debe hacer clic en el botón modificar que esta en la Barra de Herramientas del Formulario, Dependiendo del elemento (Contenedor, alimento, etc.) será el contenido de la ventana modificar.

Un elemento del Plan puede ser borrado con el botón Borrar ubicado en la barra de Herramientas del Formulario, o por medio de la tecla "Supr" o "Delete" del teclado. Antes de eliminar un elemento, el ayudante preguntará si se esta seguro de borrar el elemento señalado.

4.6 Recomendaciones

Para hacer la optimización en un Plan de alimentación, es recomendable establecer primero la recomendación para el Plan. Para ello se debe hacer doble clic sobre la palabra “Recomendación” ubicada en el formulario y debajo del contenido del plan; este procedimiento desplegara una ventana denominada “Recomendaciones”



En “Recomendaciones” se puede ingresar manualmente el valor de la recomendación haciendo doble clic en el espacio al lado de cada nutriente, en la columna ‘Recomendación’.

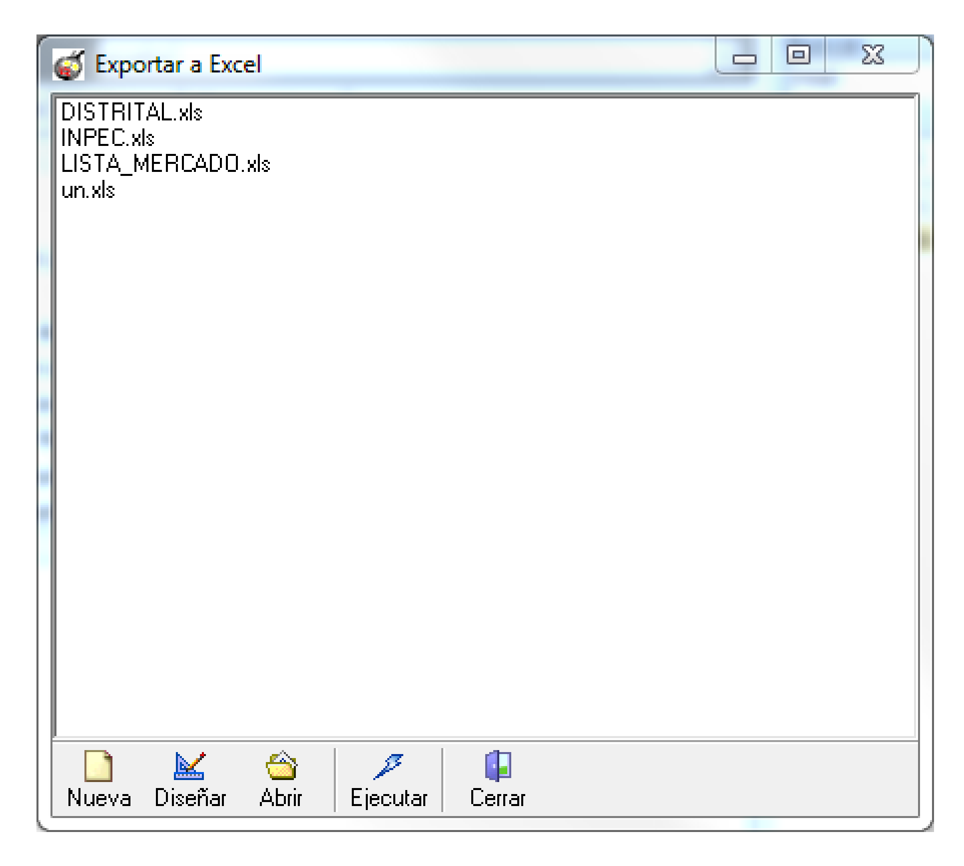
Otra opción para ingresar recomendaciones, es importándolas de una Tabla de Composición Química correspondiente a una Fuente de Recomendaciones (ICBF o Food and Nutrition Board); para ello se debe hacer clic sobre el botón ‘Importar’, que desplegará la ventana “Importar Recomendaciones”.



Para importar las recomendaciones existen las opciones de 'Copiar' o 'Agregar'. "Copiar" lo que hace es permitir copiar una sola recomendación, y que al volver a copiar otra, la anterior se borre y la nueva aparezca. En cambio "Agregar", copia la recomendación, pero al volver a agregar otra, esta última es sumada a la primera, así que la recomendación resultante es la suma de las dos recomendaciones.

4.7 Generación de Reportes

MenusPlus permite generar reportes escritos acerca del Plan de Alimentación. Esto se hace por medio del botón Reporte ( ) ubicado en la Barra de Herramientas del Formulario, el cuál genera una ventana que permite configurar los datos del reporte.



En esta ventana aparace una lista de plantillas que permiten presentar la información de diferentes maneras, además se tienen las siguientes opciones:

Nueva: Permite crear una nueva plantilla, la cual se debe alojar en la carpeta reportes ubicada en el folder de instalación de menusplus.
Diseñar: Permite modificar las plantillas que se tienen creadas mediante un asistente de flexcel que ayuda en el proceso de que datos son los que se quiere mostrar.
Abrir: Abre la plantilla seleccionada.
Ejecutar: Genera el reporte utilizando la plantilla seleccionada.
Cerrar: Cancela la operación de exportar a excel.



Soporte

5 Soporte

Correo electrónico: ventas@comunidadweb.com
Teléfono: (571) 533-0368
Dirección: Transversal 60 115-58 Torre B oficina 414.
Sitio Web: http://www.menusplus.net/ - http://comunidadweb.com/

